

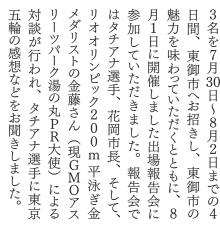
目次

- 2 モルドバ共和国選手団と交流を行いました
- 5 いろんな場所でSDGsを学んでいます
- 6 パラリンピック聖火ビジットを開催しました
- 7 大橋悠依選手が東京五輪で2冠獲得!
- 8 総合型地域スポーツクラブ基本計画を策定しました
- 10 第10回 誰もが利用しやすい持続可能な公共交通を目指して
- 11 情報コーナー
- 28 下水道へ雨水が流れていませんか

- 29 生き活き長生き健康とうみ
- 30 ほどよく、田舎。とうみ~今月のベストショット~/ 心の眼
- 31 すくすく育てとうみっ子/ 目指そう! ゼロカーボンシティとうみ
- 32 公民館報
- 34 まるごと生活百科
- 36 地域おこし協力隊が行く
- 37 トピックス (地域の話題)

200m背泳ぎに出場されたタチア 2020 大会において競泳 100 m ウンとして国への登録が認められ、 ナ選手、モルドバ水泳連盟会長のアレ 東京 2020 大会におけるホストタ 物などを通じて2017年7月に ン」や「くるみ」といった共通の特産 そして、 東御市とモルドバ共和国は、「ワイ 交流を深めてまいりました。 今夏開催されました東京







報告会の様子は 市YouTubeで ご覧になること ができます。

▲東京2020出場

▲左:アレクサンドル氏、中央 アナ選手、右:エブゲーニ氏

金藤

出場した感想を聞かせてくだ 東京 2020 大会に

たけど今は夢が叶ってとても嬉しい した。もちろん緊張したし、怖かっ クに出場することは私にとって夢で リンピック大会であり、オリンピッ 会は、私にとって初めてのオ タチアナ 東京 2020 大

クサンドル氏、コーチのエブゲーニ氏

✔花岡 コロナ禍でできなかっ たことはこの先できればよい

金藤 オリンピックが終わっ

いをしたいです。 湯の丸での合宿を計画していただけ で終わらないでほしいという声もた 始まりました。交流がオリンピック 同時にぜひ来ていただきたいとお願 くさんいただいております。将来、 たら市としてサポートを約束すると についてはどうでしょう。 モルドバの皆さんとの交流が 花岡 オリンピックを契機に

さんあります。東御市にもまた来た 回だけでなく次のオリンピックにも はアメリカの大学に在籍) そして今 出場できたらと思います。夢はたく **大学を無事卒業し、(タチアナ選手** 目標や展望があれば教えてください タチアナ 帰国したらまず家 族に会いたいです。今後は、 た直後で恐縮ですが、今後の

ど計画していましたが、コロナ禍で ださい。 ますが、今のお気持ちを聞かせてく 全てキャンセルとなり残念だと思い での事前キャンプや市民との交流な 金藤 て、湯の丸トレーニング施設 ホストタウン事業とし

ばいいと思います。今後の施設活用

有効活用していただき、交流が続け

金藤 今後もモルドバの皆さ

んに湯の丸のプール施設等を

めてまいりたいです。 が大切ですし、今後も交流事業を進 言えます。それを未来に活かすこと ワンのオリンピックが実現したとも いことを願いますが、逆にオンリー な状況でのオリンピックが二度とな 現できたこともあります。このよう と考えます。コロナ禍だからこそ実

たちからの応援メッセージをお届け 金藤 コロナ禍で限られた応 援方法として、 市内の子ども

報 告

ました。 頭に思い浮かび、とても励みになり も力が湧きました。泳いでいる時も や、私へのメッセージを見て、とて 時とても嬉しかったです。私の名前 応援メッセージを受け取った

7月31日~8月2日

4

GMOアスリーツパーク湯の丸

ただきました。 手に実際に泳いでい の丸」でタチアナ選 アスリーツパーク湯 施設 である 「GMO 高地トレーニング



▲スイムキャップにサインをいただき 報告会時に贈呈していただきました

海

野

宿

オリンピックで ありますように。 が健康と幸せで ると「私の家族 内容を聞いてみ 書き込みました。 絵馬に願い事を タチアナ選手が 勝てますように。 に絵馬に書いた タチアナ選手 白鳥神社では

と教えてくれま えますように 自分の愛に出会

手は笑顔で手を振って応えてくれました。

た。モルドバの国旗でお出迎えをするとタチアナ選 最終日には、市役所を表敬訪問していただきまし









並にに大変興味を持たれていました。 海野宿内を散策しました。海野宿の古き日本の街

東御市役所表敬訪問

和小学校

子どもたちとの交流事業

応援メッセージをモルドバ選手団へ 事前にお送りしました。

コロナ禍で直接交流ができない中、 市民をはじめ市内小中学校7校の児 童生徒に協力をいただき、応援メッ セージの寄せ書きを作成し、事前にモ ルドバ選手団へお送りしました。



▲モルドバ選手団から子ども たちへのお礼のメッセージ



田中小学校



田中小学校



田中小学校



滋野小学校



滋野小学校



祢津小学校

昨年、当時祢津小学校6年生の



北御牧小学校



児童の皆さんが「ジャパン・アー トマイル壁画プロジェクト」に参加 しました。この壁画はモルドバの自 然や特産品などをモチーフとして います。8月1日の報告会の際に 展示をし、モルドバ選手団の皆さ まにもご覧になっていただきました。



北御牧小学校



北御牧中学校



東部中学校

※寄せ書きにご協力いただいた児童・生徒を掲載しています。

MSC「海のエコラベル」

水産資源と環境に配慮した持続可能 な漁業で獲られた水産物であること を示す



ASC(水産養殖管理協議会)

環境に負担をかけず、労働者や地域 社会にも配慮した責任ある養殖水産 物であることを示す



祢津小学校での学習会(7月7日)

ドを使用した説明から始まり、後半 児童たちが興味を持つようにスライ はSDGsのアイコンが説明された べる機会となりました。 トランプを使って、楽しみながら学 4年生を対象にした学習会では

SDGsの17のゴール(目標)つい

1年生を対象にした学習会では

東部中学校での学習会(5月14日)

学校で学んでい

ます

する取り組みについて説明がありま て、それぞれの課題とその課題に対

を行いました。 取り組みとして「私のSDGs宣言 の17のゴール (目標) の近いものから買う」などSDGs ックを持参する」「店で消費期限 また、「レジ袋をもらわずにマ 達成に向けた

解決の取り組みの一つとして、 の破壊といった課題が示され、

「エシカ

産物の養殖による生態系や海洋環境 過剰漁獲による水産資源の減少や水

特に14「海の豊かさを守ろう」では

※中学校・小学校ともに、 ン株式会社(長野支社)の山本修一さ:中学校・小学校ともに、リコージャパ んに講師を務めていただきました。

められた「認証マーク」付きの商品

題を解決し環境に配慮した商品と認 ル消費(※1)」が紹介されました。

を購入することが「エシカル消費」

の

一つであり、またSDGsの目標達成

につながることを学びました。

用などを含む、人・社会・地域・環境

エシカル消費…地域の活性化や雇

に配慮した消費行動のこと。

企業で学んでいます

いろんな場所でSDGSを学んでいます

式会社の大日向直子さんをお招きし、講師には、三井住友海上火災保険株 野県SDGs推進企業登録制度」 SDGsの基本的な説明のほか、「長 中小企業を対象としたSDGsセミ 紹介が行われました。 ナーを、田中公民館で開催しました。 東御市商工会は、7月7日に市

ます。この制度に登録し、SDGs ランドイメージの向上やビジネス 社(8月11日時点)が登録をしてい チャンスの拡大が期待できますので への取組をアピールすることで、ブ 県内では、意識の高い企業972 登録申請をしてください。





◀長野県SDGs推進 企業登録制度

市役所でも取り組みます

●問い合わせ先

企画振興課 企画政策係

7

64

ます。 に取り組むこと」が盛り込まれて その中では、「市民向けの広告物等 DGs庁内推進指針」を定めました。 へのSDGsの個別アイコンの表示 市では令和2年3月に「東御市S

重ねています。 員の代表者で構成する委員会)でど どれに当てはまるのか、など検討を の記事は17のゴール(目標)のうち、 のように表示するのがよいのか、こ コンを表示するため、 、市報の記事について話し合う市職 まず「市報とうみ」 「広報委員会」 の記事へアイ

普及を図りながら、 えています。 取り組む意識を高めていきたいと考 の認識を市職員のみならず市民とも 市報を通して、 SDGs の理念の 一緒にSDGsに ゴー ル(目標)

Mi đ € M ▲SGDsの17のゴール(目標)とそ

れを示すアイコン

聖火ビジットの一環として、

聖

点

13日、市役所市民ラウンジで開催し を届けるため、聖火ビジットを8月 る共生社会づくりを進めていく思い 関係なく誰にでも居場所と出番があ 催に先立ち、 障がいの有無や年齢、 障がい者の地域生活を 性別に

東京2020パラリンピックの開

り上げる仕様となっていました。 置されるなど、パラリンピックを盛 ランタンに火がともされると大きな ターのソメイティのぬいぐるみが設 リンピック正式種目)の展示・紹介 ました。 拍手とともにイベントがスタートし が徹底されるなか、花岡市長により 新型コロナウイルス感染防止対策 パラリンピック公式キャラク 会場内は、ボッチャ(パラ

> 高のパフォーマンスを」などの応援 ています」「湯の丸から世界へ 最 パフォーマンスができるように祈っ

メッセージで埋め尽くされました。



▲聖火と一緒に記念撮影

▲ランタンに火を灯す花岡市長



▲寄せ書きを書くようす

WEIGHT HARTING

▲石浦選手(左)と窪田選手(右)

公開に訪れた市民の皆さまが書いた自由形)にイベントの関係者や一般背泳ぎ)、石浦智美選手(女子50m 代表の窪田を大選手(男子100mされているパラリンピック競泳日本 で贈呈しました。 アスリーツパーク湯の丸ヴィレッジ 応援メッセージの寄せ書きをGM 同日、 湯の丸で高地ト レーニング

ジの寄せ書きが行われました。 日本代表選手に向けた応援メッセー 丸で練習をしたパラリンピック競泳

公開に訪れた市民によって「最高の

イベントの関係者や、聖火の一般

張ります」と力強く話していました。 手は「良い結果が出るよう精一杯頑 向けて練習ができている」、窪田選 石浦選手は「良い環境で、 本番に

多くのパラリンピック代表選手が 湯の丸」でトレーニングされました

感動をありがとう

25日~9月3日) に向けて7月22日 サポートしました。 向けて力強い泳ぎをされていました。 泳代表選手の強化合宿の受け入れを ミッションでは、パラリンピック競 受け、とうみ湯の丸高原スポーツコ 社)日本パラ水泳連盟からの要請を 合宿を行い、パラリンピック本番に ~8月14日の間で16名の代表選手が パラリンピック本番(競泳は8月 オリンピック代表選手に続き、(



▲パラリンピック競泳代表選手のサイン



問い合わせ先

福祉課

地域包括支援係

75 - 1455

64 - 5000

文化・スポーツ振興課 スポーツ係

▲石浦選手

る2冠達成となりました。

大橋選手には市報のインタビュー

市公式 YouTube への出演など

ダルを獲得し、競泳女子史上初とな された大橋悠依選手が両競技で金メ

レー・400m個人メドレーに出場

その中で、女子200m個人メド

多い選手であり、

多くの方が応援し

市民の皆さまの目にも触れる機会の

ていました。

を身近に感じ、

今後も応援していき

市民の皆さまもトップアスリート



▲窪田選手

_{おおはしゅい} **大橋悠依**選手

(イトマン東進) 女子 200・400m 個人メドレー 金メダル











▲田中駅に掲げられた幕



代表選手が出場され、一つひとつの の丸で合宿を行った多くの競泳日本

今夏に行われた東京五輪では、

レースに胸が躍り、

多くの感動をい

ただきました。

▲サインに2冠達成の金リボン



▲金のリボンを飾る花岡市長(中央公民館)

総合型地域スポーツクラブの意義

スポーツを取り巻く現状

国民の 運動不足

子どもの 体力低下

- ●学校・企業を中心としてきたスポーツ活 動の限界
- ●既存のスポーツクラブでは年齢・種目が 限定的
- スポーツをする子としない子の二極化

誰でも、いつでも、いつ<mark>までも</mark> スポーツができる環境づくり

地域における社会問題

社会の進展

地域コミュニティ の弱まり

- ●子どもたちの社会性の低下
- 地域における人間関係の希薄化がさま ざまな問題を惹起(青少年の問題行動、 子どもの遊び場欠如、地域活力の低下)

地域コミュニティがかつて 有していた機能の再構築

放課後、学校週5日制の 子どもたちの受け皿

総合型地域 スポーツクラブ

健康の保持増進、 体力の向上

家族のふれあいや 世代間交流による 青少年の健全育成

目指していきます

地域における スポーツ振興

人間関係の再構築 (地域教育力の再生)

こども旋風]をまきおこす土台となる!

わせ、柔軟性を持ちながら生涯にわ につなげていきます。 で理念を共有し、地域ぐるみの活動 が定着していくよう、地域のみんな の子どもが育ち、望ましい生活習慣 きるための健康や体力の基礎を培う 大切な役割を果たします。運動好き 緒に活動ができ、要望や時代に合 /は、生涯にわたってたくましく生 また、子どもたちだけではなく、 障がいがあるなしに関係なく

総合型地域スポーツクラブ「サニーとうみ」の理念 子どもを中心に関わるみんなが元気になる柔らかな

境づくりに取り組んでいきます。

なる」「元気になる」「触発される」。 わりの大人も巻き込まれて「笑顔に そんな環境を地域の皆さんとつ 子どもたちが元気で幸せだと、ま





後のスポーツクラブの基本理念や活動目標、目標達成のために必要な施策など 8月に行われた第四回総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会では、 設立

総合型地域

スポーツクラブ

計画

の人々が、それぞれの興味・関心に合わせてスポーツを楽しむことができる環 私たちの生活の中にスポーツが浸透し、文化として根付くよう、すべての世代 を明らかにした基本計画(マスタープラン)を策定しました。 〝サニーとうみ〟は、〝子どもたちの育ちを応援する〟 ことを柱としながらも

「サニーとうみ」の基本目標

もたちの育ちを応援する」ことにあ 現状、社会環境や生活様式の変化 サニーとうみ活動の柱は、「子ど

などにより、運動の機会が減少し、

う、3つの目標を掲げます。 着して体力・運動能力が向上するよ どもが育ち、望ましい生活習慣が定 礎を培えるよう、また運動好きの子 的に減少傾向にあります。 子どもたちの体力・運動能力は長期 幼児期から遊びを通じて体力の基

子どもたちの健全な育成と **個性を伸ばすスポーツの実現**

″喜び゛を感じることができるプロ となく、子どもたちのレベルや興味 支えます。 からだを動かすことに、楽しさ、や ころ」と「からだ」の健全な発達を グラムを提供し、子どもたちの「こ 特定のスポーツ種目にこだわるこ

じて、ひとり一人の能力・適正を伸 その楽しさや喜びを味わうことを通 また、多様なスポーツに触れて、

> ばす活動に取り組みます。 ◆具体的な施策・事業

ダンススクール、マット+教室、 元気塾(小学校)、ゆるスポーツ(中

押しに取り組みます。

具体的な施策・事業

スラックライン、プレイパーク

環境を整え、スポーツの習慣化の後 るとともに、スポーツ活動ができる

(余暇)」のライフスタイルを啓発す 「アスレチック (運動)」× 「レジャー

(基本目標^②)

スポーツを通じた **絆の強い地域社会の実現** 交流の促進による

ニューを提供し、親子、地域、年代 着が育まれるよう、地域活力を高め を超えた交流の促進を支えます。 きっかけとなるよう、親子や地域 たコミュニケーション能力を養う のみんなで継続的にできる運動メ 人ひとりがつながり、一体感や愛 またスポーツ交流を通じて地域の 子どもたちがスポーツをする、 ま

|具体的な施策・事業

ポーツの促進、里山探検・カヌー ユニバーサルスポーツ・ニュース 体験などの自然体験活動

私たちはスポーツ振興くじ

助成を受けています。 https://www.toto-dream.com/

《基本目標③》

日常生活の中で 日然にスポーツに親しむ 「域社会の実現

BİG

に親しむきっかけづくりとなるよう、 ても、すべての地域住民がスポーツ 子どもたちにとっても大人にとっ

0000

既存のスポーツ団体との連携

いきます。 スポーツに親しめる環境をつくって とによって、すべての子どもたちが 体の〝足りていない〞部分を担うこ スポーツ活動を支えてきた様々な団 サニーとうみは、これまで地域の

はじめとする各種スポーツ団体やス よって、地域から信頼されるクラブ 究所などの関係機関と連携し、相互 ポーツ推進委員会、身体教育医学研 を目指します。 扶助の関係性を築いていくことに スポーツ協会、スポーツ少年団を

※マスタープランの詳細はホー ページで!



https://sanytomi.com/

市報とうみ(2021年9月)

問い合わせ先

東御市総合型地域スポーツ設立準

ポーツ係内)

事務局 (文化・スポーツ振興課ス

備委員会

第 10

誰もが利用しやすい持続可能な公共交通を目指して

「東御市公共交通活性化協議会を設立しました」

東御市地域公共交通計画を作成する「東御市公共交通活性化協議会」の第1回目の会議を6月24日に 開催し、令和3年度事業計画や予算、スケジュールが承認されました。

「東御市公共交通活性化協議会」ってなに?

地域の公共交通のあり方を総合的に協議し、必要に応じて実験やアンケートなどを実施し、地域の公共 交通の活性化を図ります。

地域公共交通計画の作成も役割の一つです。

委員の構成

市内の各種団体(区長会、地域づくり協議会、高齢者団体、女性団体、福祉施設団体およびPTA)の代表、 公募による市民、公共交通事業者、学識経験者、警察や道路管理者、行政機関(国、県および市)

第1回会議で承認された事業計画に従い、9月から市民の皆さまの移動実態や公共交通へのニーズを把 握するためのアンケート調査などを実施していきます。ご協力をよろしくお願いします。

|信州大学と共同で勉強会を開催しています

第1回 7月30日(金) 参加者 昼の部:12人 夜の部:6人

信州大学の勝亦達夫先生から地域交通の現状と課題、先進地の事例の紹介をいただき、市の公共交通の 現状や課題を共有した後、参加者同士で市の公共交通に感じている課題や、自分自身の移動や困り事など を話し合いました。

参加者からは、「多くの市民は車が運転できて移動に困っていないから、公共交通を自分事として考え る人が少ない |、「本当に移動に困っている人のニーズをどうすれば集められるか、なかなか難しい | など の意見が出されました。

第2回 8月11日(水) 参加者:8人

新型コロナウイルス感染症の拡大により、オンラインでの開催となりました。

MaaS*を導入している先進事例の紹介や、渋谷区で実際に運用されている MaaS アプリの画面を共有 しながら、参加者に使い方を感じてもらい、この地域ではどんな活用ができるかを考えました。

勉強会は全6回の予定で、第3回以降 の参加者を募集しています。

勉強会の詳細や参加申し込みは、7月 号市報4ページ、市公式ホームページま たは右記の二次元コードをご覧ください。



※ Mobility as a Service: モビリティ・アズ・ア・サービス あらゆる公共交通機関をITを用いることで、効率よく、かつ便利に 使えるようにするシステム



●問い合わせ先 商工観光課 商工労政係 ☎ 64 - 5895

⊕···FAX ⊠…Eメール ₩ …市ホームペー

教育課

学校教育係

☎64 15879

※健康診断にお越しの際は、

中央公民

母子手帳(予防接種確認のため)

就学時健康診断結果記録用紙(白

館駐車場・市役所駐車場をご利用く

າາາາາາາາາ

令和4年度小学校入 お知らせ

10

月3日は東御の日

市では平成18年に市民憲章・

市花

入学予定のお子さまの健 学予定者の健康診断 市内の小学校に

る10月3日を「東御の日」としました。 市木・市蝶を制定し、その制定日であ

市民憲章には、多くの思い、願いが

当日は、 保護者または保護者に代わ 康診断を実施します。 健康診断を受けてく

ださい。 る方が付き添い、

> つくってみてはいかがでしょうか。 民憲章について考え、語りあう機会を をきっかけに、それぞれのご家庭で市 込められていますので、「東御の日」

田中・北御牧小学校への入学予定者 10月28日 (木) 10月27日 (水)

> ら、一般の皆さまの入場はできません。 コロナウイルス感染防止対策の観点か

式典および講演の様子は別途ケーブ

式典(市長表彰等)を行いますが、新型

当日は、左記の記念講演のほか表彰

滋野・和・袮津小学校への入学予定者

◆場所 受付 午後1時~午後1時20分まで (健診開始 午後1時3分から) 中央公民館

◆項目

内科、耳鼻咽喉科、

歯科、

眼

◆持ち物

就学時健康診断票

科、視力、聴力、予防接種確認

◆演題 取り組みから~」

さい。 ◆日時 予定しておりますので、ぜひご覧くだ ルテレビ、エフエムとうみ等で放映を 多機能自治による元気な地域づくり 〜課題解決先進地・島根県雲南市の 10月3日 「チャレンジの連鎖・小規模 (日) 午後3時から

※削減量などの実施結果は、

ページでお知らせします。

市報とうみや、市ホーム

11P······お知らせ

20P······催し

18P……講座・教室

23P……ホワイトボード 24P……とうみチャンネル

問 生活環境課 **2**4-5896 F3-6908 ⋈ seikan@city.tomi.nagano.jp 環境対策係

/総務課

総務係

☎ 62

1111

とうみエコライフDAY2021

HP

日『とうみの日』)に、行います。 活動に取り組もうという日です。 なでできるところから地球温暖化防止 ライフDAY」の取り組みを(10月3 ~2050ゼロカーボンに向け、 とうみエコフライフDAYは、みん 今年で14回目を迎える「とうみエコ やってみよう環境によいこと!~

◆参加方法

①市ホームページや各地区公民館に あるチェックシートをご用意くだ

③一日を振り返り、チェックシート ②環境のこと、地球温暖化防止につ に記入してみましょう。 いて考えて生活してみましょう。

④記入したチェックシートは10月14 ンター、袮津公民館、 市役所本館1階、中央公民館、 てある回収箱に投函してください ティーセンター、北御牧公民館 立図書館、滋野コミュニティーセ 日(木)までに、次の場所に設置し (メール、FAX回) 和コミュニ

> 次 目

・福祉等案内、相談コ 26P······保健 ーナ

27P……休日・夜間の救急医療案内、

…子育てインフォメーション、図書館だより 25P....

文化会館・美術館のイベント情報

※本号に掲載した内容は、新型コロナウイルス感染防止対策として変更または中止となる場合があります。 (講座、イベント等にお越しの際は、マスクの着用をお願いします。)

マイナンバーカード申請と電子 証明書等の更新の休日・夜間受付

受付日時

休日 9月12、26日 (日)

夜間 9月2、9、16、30日 (木) 午前8時30分~正午

◆場所 市役所本館 午後5時15分~午後7時 市民係窓口

マイナンバーカード申請

◆持ち物

①カードを市役所で受け取る場合 運転免許証等の顔写真付きの公的 証明書

②カードを自宅への郵送により受け 取る場合 明書、保険証、通知カード 運転免許証等の顔写真付き公的証

電子証明書等の更新

の有効期限通知書、暗証番号記載票 マイナンバーカード、電子証明書

問/市民課

市民係

☎75−2007

焼却による火災防止 農作業残茎等の適正処理および

のについては例外として認められてい が、農業を営むためにやむを得ないも は法律により原則禁止とされています 野外で廃棄物を焼却する「野焼き」 農業にかかわる焼却行為の全て あくまでも 「例外」で

> が認められているわけではないことに 注意をする必要があります。 農作物の残茎等(稲わらや果樹の剪

ない方法を活用してください。 改良素材、敷わら等にする焼却によら 定枝等)を処分する場合、堆肥、 土壌

0119) に一報を入れるほか、次の 場合は、事前に東御消防署(☎62Ⅰ ことに気を付けて行うようにしてくだ なお、やむを得ず焼却行為を行う

- ・一人では作業を行なわず、複数人 で行うこと。
- 風のない時間帯を選ぶとともに、 囲の生活環境への影響が最小限に なるよう配慮すること。 近くの住宅等に一声かける等、周 洗濯物が干されている時間は避け、
- 風が出てきたらすぐに作業をやめて 消火器や水を入れたバケツ等を十 分に用意するとともに、直ちに消 火災防止に努めること。
- 作業中は絶対にその場を離れない 確認すること。 消火し、残り火がないことを必ず こと。また、作業終了後は完全に

万が一の事態に備えること。

防署へ連絡できる手段を確保して

紙類やプラスチック類等の一般ご も違反になるため行わないこと。 みの焼却は、農作業によるもので

/農林課 農政係

☎64—5894

し次の点に注意してください。 を使用する場合には、

- れた位置で使用する。
- 時まで)には使用しない。
- 使用する期間は、
- ・可能な限り、爆音器の鳴動間隔を あけて設定する。

え、防鳥ネットや電気柵等の代替によ また、**爆音器の使用を可能な限り控**

◆市民の皆さまへお願い

のですので、ご理解、ご協力をお願 止するためにやむを得ず使用するも 近づかないようにしてください。 いします。また、むやみに爆音器に 爆音器は、農作物の鳥獣被害を防



爆音器の使用ルールを守りましょう

農作物の鳥獣被害防止として爆音器 周辺住民に配慮

住宅からおおむね100m以上離

夜間および早朝(夜7時~翌朝5

必要最小限とす

り騒音被害の防止に努めてください。

問/農林課 農政係 **☎**64 −5894

期日 傍聴できる会議等 開会時刻 9月3日 全員協議会 (金) 9: 0 0 7⊟ 9:00 (火) 本会議 8⊟ (JK) 9: 本会議 0 0 -般質問 10⊟ (金) 9: 00 本会議 (総括質疑) (月)~22日(水) 0 0 常任委員会 ※土日祝日は休会 24⊟ (金) 9 0 0 予算決算特別委員会 13:30 28⊟ (火) 本会議 (議会閉会)

傍聴にお越しください 東御市議会9月定例会

会・委員会がどのように進められてい るかを傍聴することができます。 れます。市議会では本会議・全員協議 9月定例会は、左記の日程で開催さ ぜひ傍聴にお越しください。

問/議会事務局 すので、 開会時刻等が変更となる場合もありま 傍聴は委員長の許可が必要です。また、 常任委員会・予算決算特別委員会の 事前に左記までご確認くださ 64 64 58 10

児童扶養手当・子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)の申請

児童扶養手当は子どもを養育しているひとり親家庭等の生活の安定と自立を助け、子どもの福祉の増進を図ることを目的として支給されるものです。

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)は新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、 ひとり親世帯に対し臨時給付金を支給しています。すでに子育て世帯生活支援特別給付金の支給を受けた方および 申請中の方は対象外になります。

申請がお済みでない方は、お早めに支給要件等をご確認して申請してください。

| | 児童扶養手当 | 子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯分) | |
|--------------------|--|--|--|
| 対象となる方 (共通) | 次のいづれかに該当する理由で児童を育てている父、母または養育者 ○離婚 ○未婚 ○父または母が死亡 ○父または母の生死が明らかでない ○父または母が重度の障がいがある ○父または母がDV保護命令を受けた ○父または母から引き続き1年以上遺棄(育てる義務を全く放棄)されている ○父または母が引き続き1年以上拘禁されている 上記の要件に該当しても下記のいずれかに該当する場合は手当は支給されません。 ○児童が日本国内に住所がない ○里親に委託または児童福祉施設等に入所している ○父母が事実上の婚姻関係と同様の事情にある | | |
| 対象となる方 | 申請後、毎年8月に「現況届」を提出してい 支給停止とされている方であって、 ただき、更新の手続きをしている方 ナウイルス感染症の影響を受けて家 した方 | | |
| 対象となる児童 年齢 (共通) | 18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童または20歳未満の心身に中等度の障がいのある児童 | | |
| 支給額 | 所得に応じ、月額第1子10,180円~43,160円、 第2子5,100円~10,190円、 第3子以降1人につき3,060円~6,110円 ※手当は申請の翌月分からとなります。 | | |
| 所得の審査に ついて | 申請者および申請者と同居する直系家族(父母、祖父母、兄弟姉妹、子)の前年(1~9月までの申請は前々年)の所得を審査します。 | 申請者および申請者と同居する直系家族(父母、祖父母、兄弟姉妹、子)の1か月分の収入を審査します。 | |
| 締め切り | 令和4年2月28日 | | |

申請・問/福祉課 福祉推進係 ☎64-8888



〈広告欄〉 ※この広告は「東御市広告掲載要綱」に基づいて掲載しています。広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします。

エンザ定期予防接種 令和3年度 高齢者インフル

▼その他

ください。

インフルエンザ予防接種を受けて

対象者には10月1日までに通知と

実施期間 昭和31年12月31日以前に生ま 10月~令和4年1月

れた、 腎臓もしくは呼吸器の機能障害、 と6歳以上6歳未満であって、心臓! たはヒト免疫不全ウイルスによる免 接種当日に満65歳以上の市民 ま

接種開始日・接種終了日は、

ださい。

関は送付された通知で確認してく

予診票を送付します。

実施医療機

機関ごと異なりますので、

各医療 医療

11/17 12/15 1/10

機関に確認してください。

接種回数 没機能障害を有する市民 実施期間内に1回

健康保健課

保健係

64-8882

※6歳以上の生活保護受給者および中 注意事項 接種費用 国在留邦人の方は助成があります。 自己負担額 1 3 0 0 円

インフルエンザワクチンは、 もあります。 まれに重篤な副反応がでる可能性 接種したことで部位が腫れたり、 防ぐわけではありません。 が期待されますが、感染を完全に の抑制と重症化防止に一定の効果 また、

過去にインフルエンザワクチンの 接種を受けて、 種を受けることができません。 状がでたことのある方は、 (じんましん、呼吸困難等) アナフィラキシー 予防接 の症

ブロワ(送風機)

の電源は切らな

いでください。

さないでください。

台所で野菜くずや残飯は流さず

移動図書館車『しらかば号』

◆ 1 コース(滋野方面)

必ず予診票を持参し予防接種を受 けてください。

新型コロナウイルスワクチンとは 別の予防接種です。 新型コロナウ /生活環境課 使用しましょう。 トイレや洗濯などの洗剤は適量で 油はふき取ってから洗いましょう。

環境対策係

☎64—5896

の方は、

13日以上の間隔をあけて

イルスワクチンを接種される予定

10月1日は浄化槽の日

浄化槽と上手に付き合おう!

トイレには水に溶けないものは

巡回表

◆ 2 コース(北御牧方面)

10/6、11/4*、12/1、1/5、2/2、3/2 (毎月第1水曜日) ※木曜日 別府安楽屋前 午前9時35分~午前9時55分 信濃病院(原口) 午前10時10分~午前10時50分 赤岩公民館 午前11時05分~午前11時20分 滋野コミュニティーセンター 午前11時30分~午前11時45分 御牧原北部公民館 午後2時20分~午後2時35分 デイサービスセンターあぜだ 午後2時45分~午後3時 切久保集落センター 午後3時10分~午後3時25分 北御牧庁舎 午後3時30分~午後3時45分 午後3時50分~午後4時15分 北御牧保育園

- 午後3時50分~午後4時15分 ◆和保育園 10/13、11/10、12/8、1/12、2/9、3/9 (毎月第2水曜日)
- ◆ 滋野保育園 午後3時50分~午後4時15分 10/28*、11/24、12/22、1/26、2/24*、 3/17* (毎月第4水曜日) ※木曜日

問/東御市立図書館 ☎64-5886

令和3年10月~令和4年3月

◆3コース(和・祢津方面)

| (毎月第3水曜日)※第4水曜日 | | | |
|-----------------|-----------------|--|--|
| 田沢公民館 | 午後1時30分~午後1時45分 | | |
| 和コミュニティーセンター | 午後1時50分~午後2時05分 | | |
| こころ (東町) | 午後2時15分~午後2時30分 | | |
| ハーモニック東部(東町) | 午後2時35分~午後3時15分 | | |
| 西宮公民館 | 午後3時25分~午後3時40分 | | |
| 祢津公民館(袮津保育園) | 午後3時50分~午後4時15分 | | |

- ・貸し出しは1人10冊までです。次回の巡回日または図書 館に返却してください。
- 読みやすい大活字の本など約4,000冊を搭載しており、搭 載していない本は予約できます。
- 利用者カードの新規登録も承ります。 (お渡しは、次回の 巡回時となります)
- エコール内の市町村(上田市、長和町、青木村、坂城町) での本の利用や返却が可能です。
- (大雨、大雪)等により、予定通りに巡回できない場 合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ※巡回の終了時刻は、移動図書館車の出発時刻となります。 時間に余裕を持ってお越しください。

チンパスポート)』申請受付開始 📭 ルス感染症予防接種証明書(ワク 海外渡航者向け『新型コロナウイ

申請方法

窓口受付または郵送(交付はすべて 返信用封筒により郵送

①新型コロナウイルス感染症予防接 コードから入手できます) 種証明書交付申請書(左記二次元

③接種券 (接種済証) または接種記 ②旅券(パスポート)

録証

⑤返信用封筒(切手を貼り、宛先を ④本人確認書類 (市外在住の方) 記入したもの)

※郵送で申請する場合は、 ※代理人が申請される場合は委任状 が必要となります。 2 4 t

※証明書の交付は、海外渡航をされ る予定がある方に限定されます。 写しを送付してください。

※詳しくは市ホームページをご覧いた だくか、 左記へお問い合わせくださ

問 / 市民課 市民係

F389-0592 東御市県281番地2 75-2007



令和4年度保育園等入園申し込み

ください。 または保育係で申込書類をお受け取り 園を希望する方に、**10月から入園申込 書類を配布します。** 令和4年度から新たに保育園等へ入 入園希望の保育園

お子さまと一緒に保育園へお越しくだ 事項を記入した書類をご持参のうえ、 入園希望の保育園の受付日に、必要

| 受付時間 | | |
|--------------|--|--|
| 午前9時~午前11時 | | |
| 午後2時~午後3時30分 | | |
| 午前9時~午前11時 | | |
| | | |

| 受付日 | 受付時間 |
|------------|---|
| 11月8日 (月) | |
| 11月9日 (火) | |
| 11月10日 (水) | 午前9時~午前11時 |
| 11月11日 (木) | |
| 11月12日 (金) | |
| 11月8日 (月) | 午後2時~午後3時30分 |
| 11月5日 (金) | 午前9時~午前11時 |
| | 11月8日(月) 11月9日(火) 11月10日(水) 11月11日(木) 11月12日(金) 11月8日(月) |

、受付日に都合が悪い方は、11月15日 込書類を提出してください。 ~30日 (火) までに下記へ申

> 問 ※現在入園中の方には、12月に継続入 る方は、11月30日 園に関連する書類をお渡しします。 /子育て支援課 へご相談ください。 保育係 **☎**64—5903

きのこ中毒予防月間

味を安全に満喫するために毒きのこに は「きのこ中毒予防月間」です。旬の 注意しましょう。

◆毒きのこ中毒防止のポイント

・知らないきのこは採らない、 ない、売らない、あげない。 食べ

食べられるきのこの特徴を完全に 覚える。

れる」などの誤った言い伝えや迷 信を信じない 「柄が縦に裂けるきのこは食べら

/ 健康保健課

問

54-8882



※おひさまこども園へ入園を希望され (火) までに左記

9月20日 (月) から10月19日 (火)

▼申し込み 左記まで電話でお申し込 **3261―5521**までお願いしま みください。また、日程等につきま しては、日本遺族会事務局☎03―

申込・問/長野県遺族会



戦没者遺児による慰霊友好親善事業

慰霊友好親善事業」 ています。 日本遺族会は、 の参加者を募集し 戦没者遺児による

す。参加者の歩行難、持病等により付 悼を行うとともに、同地域の住民と友 好親善をはかることを目的としていま 受け実施しており、 添者はすべて自己負担)。 添者が必要な方はご相談願います(付 父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追 Lくした戦没者の遺児を対象として、 この事業は、厚生労働省から補助を 先の大戦で父等を

· 参加費 10万円 福祉推進係 **2**026-228-0334 **13**64—88888)

図書提供のお願い

ユース市や、 田市)で行っている寄付プロジェクト にお譲りください。 に開催予定の「図書館まつり」 チャリボン」に活用します。 で家庭で不要になった本を、 ㈱バリューブックス(上 11月3日(水·祝) 内のリ 図書館

受付期間 9月15日(水)~10月15

受付場所 ウンター 日金金 図書館1階または3階力 ※休館日を除く

雨による増水時に機能するよう環境保

全にご協力をお願いします。

して、

身近な水路や側溝に詰まりがな 点検、清掃をしていただき、

注意事項 とおりです。 受付できない本は、

2010年より以前に出版された まるバーコード) がついていない 記載されている9または4から始 本、ISBN(本の裏表紙などに 百科事典、コンビニコミック、

保つため、

適正に処分するようお願い

因になります。水路を安全できれいに 業用施設を傷めたり、水があふれる原 てると、水の流れが悪くなり水路や農

また、水路や川に刈り草やごみを捨

問/建設課 します。 管理係

耕地林務係 **☎**64−5892 **☎**64—5≈9≈

台風や豪雨の季節を迎えます

さま一人ひとりの心がけで未然に防ぐ ています。この様な水害は、 ことができます。 話まることによって水害が多数発生し 水路・側溝の点検や清掃をお願いします 刈り草やごみで水路や側溝が 日頃からの予防策と 地域の皆

~だれも自殺に追い込まれることのない社会へ~ 9月10日は世界自殺予防デー

9月10日~16日は自殺予防週間です。悩みや不安はひとりで抱え込まずに、誰かに相談しましょう。これは世界保健 機関が「自殺に対する注意・関心を喚起し、自殺防止のための行動を促進すること」を目的として制定したものです。

| 相談窓口 | 電話番号 | 受付時間 | |
|---|-----------------------|--|--|
| 健康保健課保健係 | ☎ 64−8882 | | |
| 母子相談ダイヤル | ☎ 75−5656 | 毎週月〜金曜日(閉庁日除く) 午前8時30分〜午後5時15分 | |
| 県精神保健福祉センター | ☎026-227-1810 | | |
| 長野いのちの電話 | ☎026-223-4343 | 年中無休 午前11時~午後10時 | |
| よりそいホットライン | ☎ 0120−279−338 | 年中無休 24時間 | |
| 24時間子どもSOSダイヤル (長野県学校生活相談センター) | ☎0120-0-78310 | 年中無休 24時間(メール相談は gakko-sodan@pref.nagano.lg.jp) | |
| チャイルドライン(18歳までの子ども専用) (チャイルドライン支援センター) | ☎0120-99-7777 | 毎日午後4時~午後9時 | |

◆こころの健康相談統一ダイヤル 「消えてしまいたい」 「知人に死にたいと訴える人がいる」 「身内が自殺して つらい」などの自殺に関する相談をお受けしています。

☎0570-064-556(県精神保健福祉センターが応じます。) 電話番号

午前9時30分~午後4時 受付時間 毎週月~金曜日(祝日、年末年始除く。)

◆くらしと健康の相談会 上田保健福祉事務所では、9月、12月、令和4年3月の毎週金曜日に、失業・倒産・ 多重債務・家庭問題等について弁護士等が相談に応じ、併せて保健師による心の健康を含む健康相談を行ってい ます。予約制につき事前に電話してください。

上田保健福祉事務所 健康づくり支援課(☎25-7149) 申し込み

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

その他

発行から1年未満の本

じめご了承ください。 図書館に一任することを、 ご提供くださった本の取り扱いは

あらか

する恐れがある本

している本、児童買春・児童ポル

.禁止法 (関連法令含む)

に抵触

個人出版の本、

雑誌、汚損・破損

引き続きお願いします。

紙芝居、

児童図書)

のご寄贈も、

/ 東御市立図書館

☎64—5886

入浴券の有効期限再延長

「高齢者センターくらかけ」

൱

くるみの収穫体験会中止

お願いします。 訳ございませんが、ご理解をよろしく みにされていた皆さまには、 定しました。本イベントの開催を楽し いるため、今年度については中止と決 うみの果実の着果数が大幅に減少して 響により、 みの収穫体験会」は、 毎年10月上旬に予定している 会場となるサンファームと 春の凍霜害の影 大変申し

/日本くるみ会議

(農林課 農政係)

64—5894

農業者年金に加入しませんか?

であれば加入することができます。 制度です。次の3つの条件を満たす方 年間60日以上農業に従事する 農業者年金は、農業者のための年金

- 国民年金の第1号被保険者 金の保険料納付免除者を除く) (国民年
- ※配偶者や後継者などの家族農業従事 60歳未満の方 者も加入することができます

◆メリット

・積立方式・確定拠出型の年金です。

保険料は社会保険料控除として、 自由に保険料を設定(月額2万円 終身受給です。 ~6万7千円)できます。

・ル配信@とうみの登録・防災ラジオはお持ちですか?

農業の担い手には、 所得から全額控除されます。 保険料の国庫

またはお近くのJAにご相談ください 加入を希望される方は、農業委員会 補助があります。

います。

そのため、

市では令和2年9月に70

場として3月15日から利用を休止して

ロナウイルスワクチン予防接種」の会

高齢者センターくらかけは

新型コ

/農業委員会事務局 JA信州うえだ JA佐久浅間



市からの緊急情報や防災・防犯、新型コロナウイ ルス感染症関連情報等を電子メールで提供するサー `スです。登録されていない方は、今すぐ下記のメー ルアドレスへ空メールを送り登録を行ってください。

t-tomi@sg-p.jp

下記二次元コードでもメールアドレスが読みとれます

▼PC・スマートフォン

うお願いします。

利用再開まで保管いただきますよ

福祉課

高齢者係

すので、

お手元の入浴券につきまして

用いただけるよう再度延長しました。

再開の日程は改めてご案内いたしま

期限を「令和5年3月3日」

までご利

歳以上の方へお配りした入浴券の有効

▼フィーチャーフォン(ガラケー)

の場合



の場合



▶配信情報は東御市ツイッターでも投稿しています。

©tomisnsmaster

防災ラジオ(エフエムとうみ)

災害等が発生した際に市からの情報を得る大変重 **要な機器**です。一家に一台無料貸与していますので、 お持ちでない方は、至急、市役所市民係窓口へお越 しください。

緊急時にはラジオが強制的に起動し、放送が流れ ますので、常にコンセントへつなぎ、停電時のため に電池も入れておいてください。

なお、情報は 「エフエムとうみ (78.5MHz) | から発信しますの で、市販のラジオ や車のラジオから でも聞くことがで きます。



問/企画振興課 広報統計係 **☎**64−5806

第4回 新規資格取得講習会 甲種·乙種防火管理者

甲種/10月28日 (木)、29日 乙種/10月28日 (木) 金

両日とも、午前9時3分~ 午後4時30分

上田創造館

◆定員 100名程度 きる管理的な立場にある方 防火管理業務を行うことがで

受講料 上田地域防火協会会員 (テキスト代を含む)

(定員になり次第締め切ります)

甲種/4000円 乙種/3000円 甲種/2000円 乙種/1500円 右記以外

◆申し込み 10月4日(月)午前9時 申し込みください。(電話申込不可) から受付を開始。左記窓口へ直接お

申込・問/東御消防署 予防係



申込・問 生涯学習課 公民館係 **☎**64—5885 社会教育・

◆講師 ピアニスト 大森 ◆演題「音楽よもやま話PartⅥ ◆場所 ◆日時 10月17日 (日) 6回目を迎えます。ピアノの生演奏と ◆申し込み 事前に左記まで電話での rークをたっぷりお楽しみください。 るピアノ演奏&トーク」 市民大学講座「大森晶子氏によ 申し込みが必要です。 午後1時3分~午後2時4分 毎年、好評をいただいており今年で ~オールショパンプログラム~」 中央公民館3階 講堂 野氏



EC導入セミナー

セミナーを下記のとおり開催します。 染症の経済対策として、EC(※)導入 販路拡大支援と新型コロナウイルス感 市では、 市内事業者を対象に新たな

> 場では当日参加も可能です) まで申し込んでください。 市ホームページに掲載する申込書に記 へいただきFAXまたはE-mailで左記 参加を希望する事業者の皆さまは、 (市役所会

※EC(electronic commerce)とは… 電子商取引と訳され、インターネッ

◆日時 9月2日 (金)

ト上で取引すること。

(午後1時30分受付開始) 午後2時~午後5時~

◆場所 オンライン (Zoom) 勤労者会館 2階 大会議室

※オンライン参加者には別途参加方法 をご案内します。 (サテライト会場)

測定

反復横とび

参加費 無料

セミナー概要(予定)

楽天グループ株式会社派遣講師 よる E C 導入

年齢

6歳~ 64歳

65歳

79歳

ノウハウ講座

販売出口づくり支援事業補助金説

※新型コロナウイルス感染症拡大予防 申込・問/企画振興課 があります。詳細は市ホームページ のため、会場等に変更が生じる場合 に掲載します。 企画政策係



☎44—5893

ことも可能です。

運動しやすい服装

◆持ち物 ◆その他 測定結果により、スポーツ 上履き、飲み物、タオルなど

申し込み 9月2日 (金) までに、 い(土日祝日は除く)。 左記へお電話にてお申し込みくださ 推進委員が運動指導を行います。

※予約をせずに、当日ご来場いただく

申込・問/文化・スポーツ振興課 **☎**75—1455

ファミリー健康体力測定会

◆日時 10 月 3 日

午前9時~午前11時30分まで (受付:午前8時30分~午前9時)

◆場所 北御牧中学校体育館

· 内容

共通の測定

朗読会 「秋に寄せて.

◆日時 9月25日 (土)

テーマ「秋に寄せて」から連 中央公民館 2階 午後1時30分~午後3時30分 講義室

想される小説・随筆・童話などの作 ントです。 品を集め、 岩崎信子氏(元SBCアナウンサー) 朗読と音楽を楽しむイベ

市民朗読ボランティアによる朗読 の朗読

オーボエとハープの演奏

■込・問/東御市立図書館 70名(事前にお申込みください)

◆定員

参加料

東御市青少年支援チーム講演会

方々を支援しています。 業したが仕事が見つからず悩んでいる 困っている生徒、高校中退、 校通信制や定時制等で学習が進まなく 東御市青少年支援チームは、 大学を卒

◆日時 10月8日 (金)

午後6時~午後8時

◆場所 中央公民館 2階講義室

◆テーマ 不登校児童生徒等の社会的

◆講師 講師様が邦彦氏自立に向けての支援 邦彦氏 (長野県教育委

北島(敏宏氏(同指導主事)員会主任指導主事)

参加費 無料

◆その他 講演前には、勤労および学 験発表を行います。 習に取り組んでいる事例や若者の体

閆/東御市青少年支援チーム事務局

青少年教育係☎64―5906

教育課

地より高い運動効果が期待でき 酸素環境で運動することで、 高原(1735m)の低圧低

問

/人権同和政策課

人権同和政策係 **☎**64 −5902

◆日時

10月

金

午前9時~午前1時

しています。

◆演題

東御市中央公民館

講義室

午後1時30分~午後3時

◆日時

10月16日 (土)

第三回東御人権セミナー2021

◆講師

長野県人権啓発センター

人権啓発・相談員 篠原

康広る 氏

~子どものネットいじめを中心に~

湯の丸高原ウォーキング教室

インターネットによる人権問題

ます。皆さまのご参加をお待ち

|天候により中央公園|

◆講師 (公財)

◆参加費 100円 徴収します。 (保険料)

◆持ち物 すカード(お持ちの方) ング用ポール(お持ちの方)、ずくだ ように)、マスク、雨具、ウォーキ 等、帽子、リュック等(両手が空く タオル、水分補給用のお茶

※運動のできる服装でお越しください

◆申し込み 不要

◆その他

小雨決行。湯の丸高原が雨天の時 は中央公園でウォーキングします の場合は中止) (湯の丸高原・中央公園ともに雨

教室の開始前に、 います。 体調確認等を行

発熱や風邪症状等体調不良のある 場合は、参加を控えて頂きますよ うお願いします。

/ 健康保健課 健康増進係

問

64-8883

◆場所 集合:湯の丸高原第一駐車場 コース:湯の丸高原トレイル ランニングコース

健康運動指導士等 身体教育医学研究所

◆時間

◆場所 (13日のみ1階和室) 袮津公民館 大会議室

◆申し込み 各区の分館長にお知らせ ください。

※日程が変更する場合があります。 問/人権同和政策課 人権同和政策係





祢津地区 人権啓発学習会

空」を鑑賞し、現在のコロナ禍での人 学びましょう。 権問題にも通じる差別と偏見について 被害の問題を軸にした映画「ほんとの します。福島第一原発事故に伴う風評 人権啓発学習会を左記の日程で開催

| 21日(木) | 月20日(水) | 月19日(火) 姫子沢、 | 月4日(木) 新屋: | 月3日(水) 新張、 |
|----------------------------------|------------|---------------------|------------|------------|
| · 月21日(木) リードリーくらかけ、鞍掛自治区 | 袮津南、伊勢原、金井 | 姫子沢、滝の沢、横 | 新屋、東町、西宮 | 新張、奈良原、出場 |

午後7時~午後8時3分

点訳ボランティア養成セミナー

祉協議会の広報誌や書籍などの文字を 成する講座です。 点訳していただけるボランティアを養 視覚に障がいがある方に、 市社会福

第1回「点訳ボランティアってどう 9月18日 (土) して必要なの?」

第2回「点字を打ってみよう!① 10月2日 (土)

第3回「点字を打ってみよう!②

10月16日 (土)

第4回「点字を打ってみよう!③₋ 10月30日 (土) 各回午後1時30分~午後3時30分

◆場所 総合福祉センター1階 ボランティアルーム2

10 名

◆**持ち物** 筆記用具

◆申し込み 9月16日 (木) までに左 ◆受講料 無料

(申込)・問/東御市社会福祉協議会 記までお申し込みください。 総合福祉センター内)地域福祉係

62−4455

火のアートフェスティバル2021

トを企画中です。ぜひ、お楽しみに! 3年ぶりの開催に向けて多様なイベン スティバル2021]を開催します。 芸術むら公園で、 ※詳しい内容はホームページでお知 らせします。 「火のアートフェ

◆日時 10月9日 (土)

午前10時~午後7時

10日(日)

午前10時~午後1時

◆場所

芸術むら公園

·ステージ オープニングセレモニ ー、野外コンサート

登り窯焼成 薪入れの様子が見学 降の予定です。焼成ボランティア については事務局まで。 できます。火柱は9日午後9時以

出店 クラフト、カルチャー、グ ワークショップ 絵付け、ポール ウォーキング、ジャイロキネシス リーン、フードのお店が並びます。

※イベントの内容は変更になる場合 その他マイナンバー申請受付、 があります。 作家展(梅野記念絵画館) 赤い羽根募金、FMとうみサテラ イト放送、河野扶展・東信濃工芸 他多数

◆その他

・会場内での飲食は禁止です(水分 補給を除く)。

として、入場制限を行う場合があ

当日は会場周辺に交通規制をし

申込・問/火のアートフェスティバル (文化・スポーツ振興課(文化係) 実行委員会事務局 71-0670



新型コロナウイルス感染防止対策 ります。 来場者駐車場を設けます

糠地~高峰山~車坂峠 第18回市民登山

◆日時 10月24日 (日)

午前7時15分集合 ※雨天の場合は中止

◆**コース** 武道館前出発(バス乗車 ◆集合場所 7時30分→糠地→高峰山柳沢駐車場 (トイレ・仕度、班毎体操)8時→ 中央公園 武道館前駐車場

> 時→高峰山12時→下山開始12時40分 →車坂峠駐車場14時→武道館到着 登山開始→捻坊岩9時→高峰温泉11 (解散) 15時

◆持ち物
昼食、水筒、 ※地図は当日 山岳協会から配布さ 着等、コンパス 物)、タオル、帽子、 着替え、防寒 雨具(上下別

◆対象 東御市在住に限る ▼服装 登山に適した服装、 靴、

れます。

◆定員 40名※定員になり次第締切。 **>参加料**無料 小学生以上 (小学生は保護者同伴)

申込・問/文化・スポーツ振興課スポ ▼申し込み(9月15日(水)から受付 便番号、住所、電話番号)をお申し 込みください(閉庁日を除く)。 電話にて必要事項(氏名、年齢、 開始、9月2日 (金) までに左記へ (特) 東御市スポーツ協会

62 - 2200



巨峰の王国まつり「収穫祭」

◆期間 9月1日(水)~10月17日(日)

今年もぶどうの収穫の季節がやってまいりました。1か月以上にわたり様々な品種のぶどうをみんなで堪能しましょう!直売所案内マップを是非ご利用ください。

直売所案内マップは、市ホームページよりダウンロードできます。

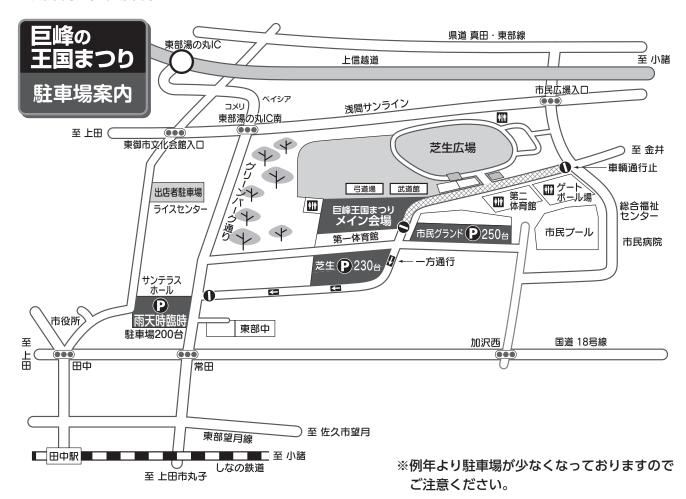
◆メインイベント「第29回巨峰の王国まつり」

- **日 時 9月25日 (土)** 午前10時~午後3時 **26日 (日)** 午前10時30分~午後3時
- •場 所 東御中央公園武道館前駐車場
- ・催事内容 ぶどう(巨峰、シャインマスカット、ナガノパープル等)の販売、地元の新鮮な農畜産物・特産物 の販売等
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、規模を縮小しての開催となります。セレモニーやステージ演出は ございません。会場内での飲食は禁止とし、食品はお持ち帰り用のみの販売となります。
- ※新型コロナウイルス感染症対策についてはP22をご覧ください。
- ※今後の新型コロナウイルス感染状況により、中止を含め内容を 変更する場合があります。





◆会場案内·駐車場案内



HP

◆感染症対策

- (1) 当日感染症対策として巨峰の王国まつり会場内では次のことに取り組みますので、ご理解とご協力をお願いします。
 - ・手指消毒とマスクの着用
 - ・会場に入場ゲートを設置 ご来場の皆さまには入場時に連絡先の記入と検温をしていただきます。入場ゲート通過の証としてテープ 式リストバンドを配布します。リストバンドを装着した方のみに入場、販売をさせていただきます。
 - ・会場内での飲食禁止 会場内での飲食はマスクを外すことにつながるため、飲食禁止といたします(水分補給等は可)。食品類 はお持ち帰り用として販売いたします。
 - ・会場内での発送手続き廃止 ぶどうなどの発送手続きは滞在時間、対応時間短縮のため行いません。市内の直売所をご利用ください。 ・非接触確認アプリCOCOAのダウンロードにご協力ください。
 - (COCOAとは、厚生労働省が提供する新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができるスマートフォンアプリです。)

アンドロイド

アイフォン





(2) 入場口周辺の混雑が予想されます。混雑緩和のため、来場者カードにご記入のうえ、切り離して来場時にお持ちください。

来場者カード

お客様各位

本日は、第29回巨峰の王国まつりにご来場いただきありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染者発生時に連絡を取ることを目的として、ご来場いただいた皆様の連絡先の把握に努めております。皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

9月25日 (土) ・ 26日 (日) ←いずれかに○をつけてください

| |) |
|---|---|
| 名 | _ |

※来場者カードは上記目的以外には利用しません。

※イベント終了後3週間経過後、このカードは破棄いたします。

ご記入後は入場ゲートへお進みください

~巨峰の王国まつり実行委員会~

問/巨峰の王国まつり実行委員会事務局 (農林課 農政係) ☎64-5894 (事務局)

場合もあります。 掲載をご希望の方は、希望掲載日の2 ただし、市の基準により掲載できない カ月前までに左記へご連絡ください。 ●東御市企画振興部企画振興課 広報担当まで

県下一 斉司法書士法律相談

成年後見などの相談を承ります。 〇日時/10月2日 (土) 予約は不要です。 午後1時~午後4時

閰/長野県司法書士会上田支部

登記、相続問題、

多重債務、悪質商法、

○場所/東御市東部人権啓発センター (東御市県288-3)

●惲込・閰/とうみ歴史研究会事務局 (田中) ☎090-4060-0287

ださい。

科)受講生を募集します 医療クラーク養成科(医科 歯

今年のハロウィンジャンボ宝くじは、

同時発売のハロウィンジャンボミニは

10月29日金

この宝くじの収益金は市町村の明るいま

づくりや環境対策、高齢化対策など地域住民 の福祉向上のために使われます。県内の宝

(公財) 長野県市町村振興協会

じ売り場でお買い求めください。

1等・前後賞合わせて5億円!

前後賞合わせて5,000万円!

9月22日(水)~10月22日(金)

○場所

文化会館

展示室

〇日時

9月28日(火)~10月3日(日)

東御美術会70周年記念会員展

○内容 会員23名による水彩画・油彩画

(初日午前10時から、最終日午後4時まで)

午前9時~午後5時

●問/東御美術会

安保

64-9001

(約45点)

の早期就職を目標とする3か月間の公共 職業訓練です。 連する資格を取得のうえ、医療機関等へ **垷場に必要な知識・技能を身に付け、関** 現在求職中の方を対象に、医療事務の

◆発売期間

◆抽せん日

と歴史講座のお誘い とうみ歴史研究会 史跡めぐり

○史跡めぐり

集合/午後1時30分

10月23日(土)袮津の大日堂周辺の 探索 (長命寺駐車場に集合)

○歴史講座/午後1時3分から 牧庁舎駐車場に集合) 11月27日(土)北御牧の探索 (北御

\(\) Shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp

64-5806

©63 -5 4 3 1

夫)について

・9月18日(土)信濃巫女(神事舞太

·10月9日 (土) 真田三代について

11月3日 (土) 12月11日(土)滝の沢の歴史につい 袮津氏について

治虫の先祖について 令和4年1月15日(土)漫画家手塚

3月19日(土)国指定史蹟の東御市 2月19日(土)八重原用水について 戌立遺跡の現状と課題

○申込みは各1週間前までに連絡してく ○参加費/(資料代)300円 場所/中央公民館 講義室

●問/長野県工科短期大学校 (時間・場所等、後日連絡)

39



○対象者・定員 求職者11名 〇費用 受講料無料 等実費あり) パレオ6階) (教科書代、

〇申し込み(9月22日までに、最寄りの) 〇入校選考(10月5日) し込みください。 ハローワーク職業訓練担当窓口へお申

の2つの資格を目指します。 ク医科』と『メディカルクラーク歯科』 酬請求事務を学び、『メディカルクラー ○訓練期間 今回は、医療機関の受付窓□や診療報 令和3年10月21日~ 令和4年1月2日

○訓練場所 (土・日・祝日および12月29日~ 1月3日を除く)

(上田市天神1-8-1 ㈱ニチイ学館長野校上田教室 上田駅前ビル

受験料

にお任せ下さい!

家の周りの草取り・草刈り・片付けや庭木の剪定、 家の中の掃除・片付けや襖・障子・網戸の張替えなど、

る健康な生活を送りたい方 など

仕事をしたい人も、 地域ミ

東御支所(61-6565)

〈広告欄〉

「とうみチャンネル9月番組案内 CATV004chで放送中 【放送時間 午前9時~ 午後3時~ 午後9時~】

| 1 🖯 | (7K) | 市民大学講座 とうみの歴史探訪 「市域の古代を探る〜点から線へ〜」 講師:石川好一氏(再) |
|-----|---------------|---|
| 2日 | (木) | グリーンファームカレッジ2021 〜干し野菜を作ろう〜(再) |
| 3日 | (金) | 梅野記念絵画館友の会 第一回八重原の丘 美術サロン 講師:秋山功氏(再) |
| 4日 | (±) | ○月刊とうみチャンネル8月号 前半 ○令和3年 東御市平和祈念式 (10時、16時、22時) |
| 5日 | (H) | 月刊とうみチャンネル8月号 後半 |
| 6⊟ | (月) | 令和3年東御市議会9月定例会開会 |
| 7日 | (火) | <生中継9:00~> 令和3年東御市議会9月定例会一般質問 |
| 8日 | () () | <生中継9:00~> 令和3年東御市議会9月定例会一般質問 |
| 9日 | (木) | 仮面土偶は何を語る 〜とうみの縄文文化を訪ねて〜 (再) |
| 10⊟ | (金) | グリーンファームカレッジ2021 〜タマネギ、ニンニクを作ろう〜(再) |
| 11日 | (±) | 県立歴史館 信州学講座 近くて遠い人と水 〜屋代遺跡群に見る弥生以降の利水技術と 縄文の発想〜 |
| 12日 | (H) | 県立歴史館 考古学講座 長野県の考古学 〜環境と暮らし〜 第2回道具の変化と生業の変化 |
| 13日 | (月) | 丸山晩霞記念館 「おうちでカンタンアート」 |
| 14⊟ | (火) | 第28回長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 東北信大会Power Live 2021 TH No.1~21 (再) |
| 15日 | ()K) | 第28回長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 東北信大会Power Live 2021 TH No.22~40 (再) |
| 16日 | (木) | ○東御市いきいき子ども講座開講式(再) ○令和3年 東御市平和祈念式 (10時、16時、22時) |

| 17日 | (金) | 東御市の花火2021~ほくぶ夢はなび他~ |
|-------|---------------|--|
| 18⊟ | (±) | 図書館講座「宮沢賢治を読む」第二回 講師:稲垣勇一氏 |
| 19⊟ | (H) | 学校だより9月号 |
| 20日 | (月) | 中学校OB対抗記念試合 上田一中VS東部中(第一試合) |
| 21日 | (火) | 中学校OB対抗記念試合 上田一中VS東部中(第二試合) |
| 22日 | ()K) | 第16回長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 県大会PowerLive2021 K No.1~14 |
| 23日 | (木) | 第16回長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 県大会PowerLive2021 K No.15~30 |
| 24日 | (金) | 第16回長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 県大会PowerLive2021 K No.31~42 |
| 25日 | (±) | 東御市の花火2021~ほくぶ夢はなび他~(再) |
| 26日 | (H) | 学校だより9月号(再) |
| 27日 | (月) | 丸山晩霞記念館「おうちでカンタンアート」 |
| 28⊟ | (火) | 県立歴史館 信州学講座 「新たな時代にはばたく信州」 |
| 29日 | (/k) | 県立歴史館 信州学講座 「伝えられなかった災害」 |
| 30⊟ | (木) | 県立歴史館 考古学講座 「時代の画期とくらしの変化1」 |
| 10月1日 | (金) | 敬老月間(金婚祝賀式、高齢者祝賀訪問) |
| 2日 | (±) | 図書館講座「宮沢賢治を読む」第二回 講師:稲垣勇一氏(再) |
| 3日 | (H) | 市民大学講座 とうみの歴史探訪 「市域の古代を探る〜点から線へ〜」 講師:石川好一氏 (再) |

問/上田ケーブルビジョン ☎23-1600 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806



行政情報ラジオ番組案内 はれラジ(エフエムとうみ)78.5MHzで放送中

- ◆ **ラジオ市報とうみ** 毎日 【朝】午前7時40分~45分 【夕】午後6時40分~45分
- ◆告別式のお知らせ 毎日 ラジオ市報とうみ【夕】の放送時間内
- ◆地域おこし協力隊活動中 毎月第1・第3月曜日 午前9時30分~午前10時
- ◆とうみ日和~ラジオ市長室~ 毎月第4または第5火曜日 午前11時~午前11時30分
- ◆市民情報広場 毎月第2·第4木曜日 午前8時25分~午前8時40分

都合により内容は変更になる場合があります。

| 放送日 | 内容 | 出演 |
|----------|-------|-------|
| 9月9日・23日 | 保健ごよみ | 健康保健課 |





問/エフエムとうみ ☎63-1003 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

子育てインフォメーション (10月)

行事の詳細は子育て応援ポータルサイト「すくすくポケット」 http://tomi-sukusuku.jp/ で配信中



東部子育て支援センター(すくすくひろば)

開館時間 月~金曜日(土・日曜日、祝日、年末年始は除く) 午前9時~正午・午後1時~午後4時 **印は10組要予約

| ママ〜ずの絵本 | 4日(月)** | 午前10時30分~午前11時15分 |
|---|----------|--------------------------------|
| 育児座談会(篠原君江助産師) | 12日(火)** | 午前10時30分~午前11時30分 |
| 子育で期の母親のための就労相談 | 13日(水) | 午前10時~午前11時30分 |
| こうえんひろば | 15日金 | 午前10時~午前11時 |
| ママ〜ずリズムあそび | 18日(月)** | 午前10時30分~午前11時15分 |
| おもちゃドクター | 21日(木) | 午前10時~午前11時 |
| すくすく相談(芹澤文子臨床発達心理士) 「世界でたった1人のママへ」 ~子育てに悩んだ時~ | 26日火※ | 午前10時30分~午前11時45分 |
| チャレンジデー(親子運動あそび) | 27日(水)** | 午前10時~午前10時45分 |
| あそびのひろば (対象:令和元年12月~令和2年3月生まれ) | 27日(水)** | 午前10時30分~午前11時30分 |
| 子育て応援相談 | 28日(木) | 午前9時30分~正午 |
| 初めての赤ちゃんひろば (対象:生後1~3カ月の母子) | 28日(木)** | 午後1時30分~午後2時30分 ■午後は予約者のみ利用 |

北御牧子育て支援センター(みまき未来館)

開館時間 月~金曜日 (土・日曜日、祝日、年末年始は除く) *印は10組要予約 午前9時~正午

| ふれあいひろば(赤ちゃん体操) | 6 日(水) | 午前10時~ |
|-------------------------------|-------------------|----------------------|
| わんぱくビクス | 13日冰 | 午前11時30分 |
| 0歳児のママひろば ①ママの骨盤ケア ②昔遊び | ① 20日(水) ② 26日(火) | ※行事参加者のみの利用 (要予約) |
| 親子運動遊び | 29日金)* | 午前10時~午前10時45分 |

たんけんひろば 芸術むら公園 集合場所 梅野絵画記念館駐車場 日時 8日 (金) 午前10時~正午(集合時間9時45分) 雨天決行

講師 身体教育医学研究所 渡邉 真也氏

服装 親子共に動きやすくて、汚れても良い服と靴

持ち物 お弁当、飲み物、着替え、帽子、雨具、敷物、ゴミ袋、虫かごなど

ぽけっとひろば 午前10時~午前11時

| 祢津公民館 | 5 日火 | 内容 わらべうた遊び |
|---------------|--------|-------------------------------|
| 滋野コミュニティーセンター | 11日(月) | 持ち物水筒 |
| 東部子育て支援センター | 14日(木) | ※14日休の田中ぽけっと は午前10時30分~です。 |
| 和コミュニティーセンター | 19日(火) | 参加の方以外は利用でき |
| 北御牧子育て支援センター | 22日金 | ません。 |

問/東部子育て支援センター(すくすくひろば) ☎64-5814 北御牧子育て支援センター(みまき未来館)☎67-3676

10月 園開放

| | 市 田中保育園 立 滋野保育園 保 祢津保育園 育 和保育園 園 北御牧保育園 | 2 62-1602 2 63-6468 2 63-6816 2 63-6815 2 67-2093 | 11日月) 午前9時30分~午前11時 持ち物 帽子、水筒 ※急な変更や中止の場合もありますので、詳細 は事前に各圏までお問い合わせください |
|---------------|---|--|--|
| | 海野保育園 | ☎62-2800 | 22日金 午前9時30分~午前11時 園庭で遊びましょう 持ち物 帽子、水筒、着替え、タオル |
| くるみ幼稚園 ☎75−61 | | ☎ 75−6113 | 5日 |

問/子育て支援課 保育係 ☎64-5903

図書館だより

新着本案内

◆ 一般書

○世阿弥最後の花 藤沢 周:著

○まりも日記 真梨 幸子:著

○14歳から考えたいレイシズム アリ・ラッタンシ: 著 ○この平和への願い

信濃毎日新聞社:編 ○気持ちを表すことばの辞典 飯間 浩明:監修

○信大病院の最新治療 信州大学医学部附属病院:編著

○"ハッピー"スローエイジング 糸井 由里恵:著

○すみません、2DKってなんですか?

日下部 理絵:他著

ダグ・スティーブンス:著 ○小売の未来

角皆 優人: 著 ○大人の水泳

○別れてもふたりで子育て しばはし 聡子:著 ○つながり続けるこども食堂 湯浅 誠:著

○国民義勇戦闘隊と学徒隊 斉藤 利彦:著

◆児童書

北川 チハル:作 oてんこうせいはおはなしやさん

○妖怪一家の時間旅行 富安 陽子:作 さよならのたからばこ 長崎 夏海:作

○いろいろかえる きくち ちき:作

o デリバリーぶた 加藤 休ミ:作

○としょかんのきょうりゅう 鈴木 まもる:作

○あんなにあんなに ヨシタケ シンスケ:作

○ぼくらは森で生まれかわった おおぎやなぎ ちか:作

○フレディ・イェイツのとんでもなくキセキ的な冒険 ジェニー・ピアソン:作

○ポーポーきかんしゃよるさんぽ とよた かずひこ:作

○いつつごうさぎとうみのほうせき まつお りかこ:作

○しましましましょ 北村 人:作

o すごい!どうぶつパーク いしかわ こうじ:作

行事予定) 会場は、図書館 2 階研修室 1 です。

◆図書館職員によるおはなし会

日 時 10月8日 (金) 午前10時30分~

対象 未就園児とその保護者

◆「おはなしたまご」によるおはなし子ども会

日 時 10月16日 (土) 午前10時30分~

対 象 未就学児~小学生

テーマ 『ばぁ~!』

内 容 大型絵本、ペーパーシアターなど

(休館のお知らせ)毎週月曜日は休館日です。

- ◆月末図書整理日 9月24日(金)
- ◆特別整理日 10月19日(火)~10月22日(金)

問/市立図書館 ☎64-5886

地域包括支援センター案内(10月)

問/福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

**がついている日は終了後、医療と介護についての出張相談を開催します。

| * 17. 2010 (17.6) 16、 区域と月底に 2010 (20日政伯政を開催しより。 | | | | |
|--|--|--|--|--|
| らくらく教室 | 頭と体を無理なく刺激する介護予防教室 | | | |
| 中央公民館(中) | 6日似 ^{+*} 、13日似 ^人 、20日似 ^人 、27日似 ^人 | | | |
| 人権啓発センター(人) | 午前10時~午前11時 | | | |
| 滋野コミュニティー | 5日以、12日以、19日以*、26日以 | | | |
| センター | 午前10時~午前11時 | | | |
| 祢津公民館 | 6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)* 午後2時~午後3時 | | | |
| 和コミュニティー | 4日月、11日月、18日月、25日月 * | | | |
| センター | 午前10時~午前11時 | | | |
| ケアポートみまき | 1日金、8日金、15日金*、22日金、29日金 | | | |
| ふれあいホール | 午前10時~午前11時 | | | |

かんたん体操 7日休、21日休 時間: ①午後1時~午後1時45分 ②午後2時~午後2時45分 12日火、26日火 場所:武道館 貯筋体操

転倒予防水中ウォーキング 7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)

時間:午後1時15分~午後1時45分

場所:温泉アクティブセンター(入館料 1,200円)

保健案内

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

| 乳幼児健康診査 | 対 象 | |
|----------|------------|----------|
| 4か月児健診 | 10月20日(水) | 令和3年6月生 |
| 10か月児健診 | 10月13日 (水) | 令和2年12月生 |
| 1歳6か月児健診 | 10月19日(火) | 令和2年4月生 |
| 3歳児健診 | 10月12日(火) | 平成30年8月生 |

受付時間:午後0時50分~ 開始時間:午後1時

場 所:中央公民館 1階

持 ち 物:母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック バスタオル(4か月、10か月、1歳6か月)

ごっくん離乳食教室 10月21日 (木) 対象:令和3年5月生 **もぐもぐ離乳食教室** | **10月22日(金)** | 対象:令和3年3月生

受付時間:午前9時~ **開始時間:**午前9時30分

場 所:中央公民館 1階

持 ち 物:母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック、

食事用エプロン、バスタオル

※もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食のスプーン

福祉案内

問/福祉課 福祉援護係 ☎64-8884

| | 陽だまりの会(精神障がい者家族会) | は一と・ほっと・サロン | |
|----|--------------------------|---------------------------------------|--|
| 日時 | 10月13日 (水) 午後 2 時 | 10月11日 (月) 午後 1 時30分~午後 3 時30分 | |
| 場所 | 視察研修 (上田市) | 滋野コミュニティーセンター 和室 | |
| 対象 | 心に病を持った方やその家族など ※会員募集中 | 心に病を持った方やその家族など | |



相談コーナー (閉庁日を除きます)

| 相談名 | 実施日 | 時間 | 場所 | 申し込み | 問い合わせ先 |
|-------------------------------------|------------|----------------------|----------------------|---------------|---------------------------------|
| | 毎週火曜日 | 午前9時~午前11時 | | 不要 | 保健係 |
| | 10月12日(火) | 午前9時~午前11時 | 中央公民館1階 | 不要 | ☎ 64−8882 |
| 精神科医によるこころの相談 | 10月5日(火) | 午後2時~午後4時 | • | 予約制2名まで | 健康増進係 ☎ 64-8883 |
| こころの健康・依存症に関する相談 | 毎週月~金曜日 | 午前9時~午後5時 | | 不要 | (オンライン相談も |
| 生活習慣病相談 | 毎週月~金曜日 | 午前9時~午後5時 | 総合福祉 | 不要 | 受け付けています) |
| 認知症個別相談 | 毎週水曜日 | 午前9時~午後4時30分 | センター | 予約制 | |
| 家族会(認知症介護者同士の情報交換) | 10月21日(木) | 午後1時30分~午後3時 | | 不要 | 地域包括支援係 |
| | 10月5日 (火) | | 和コミュニティセンター | | 地域包括文振係 ☎ 64-5000 |
| 医療・介護・福祉の出張相談 | 10月12日(火) | 午前10時~午前11時30分 | 祢津公民館 | 不要 | |
| | 10月13日 (水) | | 滋野コミュニティセンター | | |
| 生活・就労総合相談「まいさぽ」 (コロナによる失業、収入減等) | 毎週月~金曜日 | 午前9時~午後5時 | 総合福祉 センター | 不要 | 社会福祉協議会 ☎75-0222 |
| 人権擁護委員による心配ごと相談 (家庭・隣人・職場等の人権問題) | 10月1日 (金) | 午前9時~正午 午後1時~午後4時 | | 不要 | 人権同和政策係 |
| 人権よろず相談(法律・登記・行政・ 人権・心の健康など) | 10月15日(金) | 午前9時~午前11時 | 東部人権 啓発センター | 法律相談のみ 予約制 | ☎ 64−5902 |
| 女性弁護士による法律相談 | 9月22日 (水) | 午前9時30分~ 午前11時30分 | | 予約制 | 男女共同参画係 ☎64-5902 |
| ミニジョブカフェ (若者の就労相談) | 10月21日(木) | 午後1時30分~ 午後4時30分 | 東御市商工会 | 予約制 | 商工労政係 ☎64-5895 |
| 在住外国人相談 (ポルトガル語・スペイン語) | 毎週月~金曜日 | 午前9時~午後4時 | 市役所本館 生活環境課 | 不要 | 生活安全係 ☎64-5896 |
| 消費生活相談 | 毎週月~金曜日 | 午前8時45分~ 午後5時15分 | 消費生活センター (生活環境課隣) | 不要 | 消費生活センター ☎75-2410 |

休日・夜間の救急医療案内

| 日曜当番医診療時間:午前9時~午後5時 | | | | |
|---|--|-------------|------------------|---|
| 月日 | | 医療機関名 | 電話番号 | |
| 9月5日 | 東御市 | 民病院 | ☎ 62−0050 | *緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は 当番医に連絡してください。 |
| 9月12日 | 春原整 | 形外科クリニック | ☎ 64−6200 | *急きょ当番医が変わることがあります。次の電話案 内等で確認してください。 |
| 9月19日 | 東御記 | 念セントラルクリニック | ☎ 62−1231 | ≪休日・夜間緊急医案内サービス≫ ☎0570-088-199 |
| 9月26日 | ほしや | ま内科 | ☎ 62−3115 | 2 0370 000 133 |
| 休日の歯科 救急治療 | | | | |
| 夜間の内科・ ・ 内 科 ☎21-2280 ・ 小児科 (15歳以下) ☎21-2233 診療受付:午後7時~午後10時30分/電話相談:午後7時~午後11時 ※電話で診療受付をしてください。 | | | | |
| 休日・夜間当 | 休日・夜間当番薬局 上田薬剤師会ホームページで確認してください。≪http://www.uedayaku.org/touban≫ | | | |
| 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口 受診・相談センター ☎25-7178 | | | | |

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

文化会館・美術館のイベント情報

● 新型コロナ感染症対策にご協力をお願いいたします。 ● ご利用に関する一部制限、ご予約などはお問い合わせ下さい。



第89回サンテラスロビーコンサート

Esprit音の愉しみ

トランペット: 那須野太郎/ピアノ:上田勇貴 9月23日(木・祝) 13時30分開演

500円 ※公演日にチケットと交換、お支払い

夕日に染まるコンサート 10月8日(金) 18時30分開演

チェロ: 蒼井大地/ 二胡: 今井美樹/ ケーナ: 渡辺大輔

定員70名予定 1,500円 ※公演日にチケットと交換、お支払い



第68回ピアノのゆふべ

「夜半の秋にピアノは詠う」 9月26日(日) 13時30分開演



演奏: 滝沢栞理

※公演日にチケットと交換、お支払い



「ロベルト&クララ・シューマン」 10月16日(土) 13時30分開演

演奏:百瀬功汰



9/16(木)より 定員50名 ※公演日にチケットと交換、お支払い

【重要】9月8日(水)まで改修工事に伴う停電のため休館(丸山晩霞記念館含む)。また同工事のためホール利用停止中(12月末予定)

東御市文化会館 サンテラスホール ■TEL 62-3700 ■〒389-0515 東御市常田505-1 ■開館時間 9:00~22:00 (窓口受付は17:30まで) ■月曜休館 (祝日の場合翌火曜)



古い佇まいや風情が残り、ぶどう畠も広がる袮津地区を歩いて巡ります。 俳句を詠んだり、スケッチをしたり…。終了後は展覧会をご覧ください。 ガイド: 袮津地域づくりの会 俳句指導: 窪田英治氏

11月6日(土) 9時~13時

・参加費500円(入館料含む)

・一部、車による移動で安心!ラクチン!

・申込は、62-3700まで。定員15名



常設展

小と 花の絵

10月10日(日) まで

丸山晩霞記念館 ■TEL 62-3700 ■〒389-0515 東御市常田505-1 文化会館内 ■開館時間 9:00~17:00 ■入館料200円 (高校生以上)■月曜休館 (祝日の場合翌火曜)



向うからやってくるもの一作意を捨てて

9月18日(土)~10月17日(日)

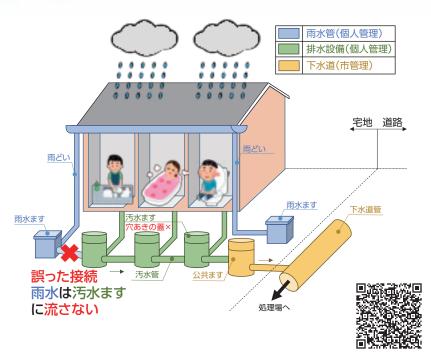
開催中~10月17日日

梅野記念絵画館 ■TEL 61-6161

■〒389-0406 東御市八重原935-1 ■開館時間 9:30~17:00 ■入館料800円 (高校生以上) ■月曜休館 (祝日の場合翌火曜)

下水道へ雨水が

流れていませんか?



市の下水道は、汚水と雨水を別々に流 す「分流式下水道」です。

下水道に雨水が流れ込むと、下水道管 や下水処理施設の能力を超えて、各家庭 からの生活排水が流れにくくなるほか、 下流域で汚水がマンホールから溢水する 原因となります。

汚水処理における維持管理費用は、皆 さまの下水道使用料でまかなわれており、 雨水が流入することで汚水処理量および 費用が増加します。

下水道へ雨水が流れていることが確認 できた場合は、早急に排水設備指定工事 店に依頼していただき改修をお願いしま す。(改修費用は個人負担となります)

◀排水設備指定工事店一覧

宅地内における雨水流入の確認方法

- ①雨天時に家庭の水道を閉めた状態にする。
- ②下流の汚水ますを開け、水が流れていないか確認する。 水が流れている場合は、雨水の流入が考えられます。
- ③汚水ますを閉める。(事故やけがの原因となるので、確実 に閉めたことを確認してください)
- ※汚水ますを開けるには、マイナスドライバー等が必要です。



9月10日は、下水道の日です

8月から 10 月は、1 年を通して短時間に多くの雨が降る台風シーズンです。 なかでも 9月 10 日は、 立春から数えて220日にあたり、昔から「大きな台風が来る日」として警戒されてきました。この 大雨に備える特別な日が「雨水の排除」という下水道の役割とつながり「下水道の日」と定められて います。

下水道や汚水処理施設は、生活や産業から排出された水をきれいにして自然に返す重要な役割をし ています。この機会に、各家庭の排水設備を確認していただき、下水道の大切さをもう一度考えてみ ましょう。

●問い合わせ先 上下水道課 下水道係 ☎ 64 - 5874

生き活き 長生き健康とうみ

9月は健康増進普及月間です

厚生労働省は9月1日から30日までの1か月間を「健康増進普及月間」と定めています。この機会に健康についてあらためて考えてみましょう。

東御市の特徴

- ① 急性心筋梗塞で亡くなる人の割合が多い 【出典:厚生労働省人口動態特殊報告「平成25-29年人口動態保健所市町村別統計」】
- ② 健診で血糖 (HbA1c: ヘモグロビンエーワンシー) 要注意の人が60%と多い状況が続いている 【東御市国保被保険者40~74歳の状況】

急性心筋梗塞を予防しよう!

急性心筋梗塞の原因の1つは内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム:肥満に加えて、高血糖・高血圧・脂質異常を複数あわせ持った状態のこと)です。

内臓脂肪症候群予防の基本=食事+運動

- ① 野菜から先に食べる!!
- ② 今より多く噛む!!
- ③ プラス10分動く!!

取り組みやすいものから心がけてみてはいかがでしょうか

体の健康状況を確認するためにも 健診を毎年受けることをお勧めします!

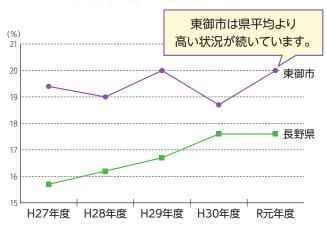
- ●新型コロナウイルス感染症への感染の懸念からか、 健診の受診控えがあるようです。
- ●感染症の重症化を防ぐためにも、生活習慣病の予防 は大切です。
- ●医療機関や健診の会場では換気や消毒を行うなど、 感染防止対策に努めていますので安心して受診できます。

年に1度は健診を受けて、体の健康状況を確認して みましょう。

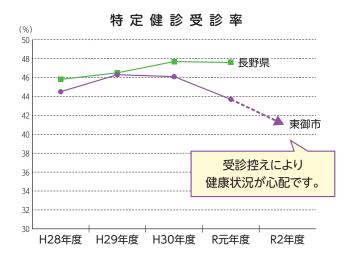
【健診内容は社会保険や国民健康保険など各々によって違いますので、各保険者にお問い合わせください】

●問い合わせ先 健康保健課

内臓脂肪症候群の割合



※資料:令和2年度国保保険者における特定健診等結果状況報告書



※資料:令和2年度国保保険者における特定健診等結果状況報告書

保健係 ☎ 64 - 8882 健康増進係 ☎ 64 - 8883

ほどよく、田舎。とうみ~今月のベストショット~





〔撮影者〕 "保護イヌジャック" さん

「犬と娘と朝散歩」

撮影場所:文化会館付近

日時:2021年8月2日 午前6時頃

撮影者から一言

暑すぎて滅入る毎日ですが、ぐんぐん伸びる 稲と、文化会館越しに映える朝日を見て"ほ どよく、田舎"を感じました。

10月号掲載の応募締め切りは **9月10日(金)**

①氏名、②ペンネームで掲載希望の方はペンネーム、③写真タイトル、 ④撮影場所、⑤撮影日、⑥写真に込めた"ほどよく、田舎"について (50 字以内) 以上を記載のうえ、写真と一緒に市公式 LINE またはメー ルアドレス (shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp) へお送りください。

応募作品一覧公開中

8月は13件の応 募がありました。 こちらからご覧い ただけます。



いる人がいることを改めて知ること があり、そのことによって苦しんで 本に来てくださいね」と言うと 日本に来ました。 が好きとか嫌いとかではなく、 で守られる必要があるのです。 多くいらっしゃることと思います。 の扱いは違う」と言うことがいかに ができています。それに対して「そ ですが、そうではない現実があるの あります。侵害されてはならないの 大切かということに気づかれた方が 人にも不当な扱いをしてはいけない どの人もそのままで生きる権利が アメリカの友人が客員教授として 日本でもほかの国でも偏見や差別 帰国の際 また日

掴んでいれば、間違った情報を聞

ても正しい判断ができます。教育

本当に大切です。

報を持ち合うことで、 なりました。そして私たちはその情 るのではないでしょうか。 えてしまいますが、 な情報が私たちの目に見えるように 人に対する見方や在り方を指してい IT技術の発達によっていろいろ 人権の問題というとなんだか身構 実際には自分の 一ともに生き

ことですが、意見が違うからとい

自分の意見を主張することは大切な ことでした。挨拶は人権の基本です。

て人を無視することとは違っていま

ありますが、正しい情報をしっかり いると担当の先生に伺いました。 がら計画的に人権同和教育を行って る人権教育副読本 いろいろな人権問題を学んでいます。 力を合わせて他の人と共に生きるこ 心に、学校独自の教材を盛り込みな 寝た子を起こすな、という言葉が 自分のことについて考えること、 市では長野県独自に作成されて 部落差別の歴史を学ぶことから 「あけぼの」を中

に気づいたら されました。私は一瞬ショックで たが、よくよく考えてみると当然の



(176)

人権同和教育指導委員

大まま居い

なってきていると思います。

意識を世界規模で持てるように

う所で仕事をしたくない」と返事を 分の意見と違う人と挨拶するのを嫌

強さとやさしさをそれぞれが培って

その扱いは違うよ」と声をあげる どこにいても差別に気が付いたら

すくすく とうみょう 1歳の誕生日おめでとう! ご家族からお祝いのコメント





^{かず き} **和樹**くん (田沢) こゃま (R2.9.2生)

1歳のお誕生日おめでとう! 家族全員が、かず君の成長を楽し みにしています。 これからも沢 川笑顔を見せてね。



荒井 ゅ **優来**ちゃん (金井) (R2.9.3生)

みんなに毎日たくさんの笑顔と幸 せをくれて、ありがとう**♥**優しい 女の子になってね!



おから (R2.9.10生)

元気に1歳になりました! お兄ちゃんに負けず、家族みんな で楽しく過ごしましょう。



なかむら 紬希ちゃん(大川) (R2.9.12生)

我が家のアイドルつむちゃん1歳 おめでとう♥たっくさん食べて たっくさん遊んでお兄ちゃんに負 けないくらい元気に育ってね!



公祐くん (海善寺) 中村 (R2.9.22生)

こうちゃん、1歳のお誕生日おめ でとう!

毎日、笑顔をくれてありがとう。 みんなに愛されて、たくさん食べ て、たくさん笑って、元気に育っ てね。



明里ちゃん (白樺) (R2.9.22生)

1歳の誕生日おめでとう! 楽しそうにすごしている明里ちゃ んにお父さんもお母さんも元気を もらってます(*)

健康にすくすく育ってね!



ぬのかわ め い **布川 芽依**ちゃん (原口) (R2.9.28生)

いつも笑顔いっぱいでみんなに癒 しをありがとう! 芽依のペースですくすくと成長し ていってね★

☆募集します!!☆ (対象者 10月生まれの 1歳)

住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・ TEL·コメント50字程度を添えて、shiho-tomi@city. tomi.nagano.jpへメールいただくか、市公式LINE(ID: @tomicity)までお送りください。締め切りは、9月8日 (水)必着。※原則、毎月8日が締め切りとなります。

生活環境課 環境対策係

問い合わせ先

うえ、安くて、栄養価も優れていま計なエネルギーを使いません。そのニールハウスで生産しないので、余また、旬の農産物は暖房を使うビまた、旬の農産物は暖房を使うビ

できます

ので、CO゚の排出量を減らすことが 元に届くまでの輸送距離が短く済む

す。これを残さず食べるとごみが減

り、ごみの処分に発生するCO゚の排

正量も減り、

製品、肉などを食べると、食材が地元で育てられた野菜や果物、 肉などを食べると、食材が手心で育てられた野菜や果物、乳

ア K バ 1 ス

旬」の食材を好んで食べま

今月 の 取 IJ 組 み

地産地消を心掛けましょう!

あります。 わざわざ遠い国から食材を運ぶため は先進国の中では群を抜いて高く、 まかな目安となる指標です。 に大量のCO゚が排出されています。 J輸送距離 八口一人あたりのフードマイレージ 「フードマイレージ」という言葉が 輸送に係るCO²排出量の大 輸入食料の総重量(トン) $\widehat{\ker}$ をかけた数字で表 日本の



自

2021年 9月号



東御 市シニア大学

ħ

た石川

昭和53年12月に

「毎日家に

する場がほしい」「複雑な社 いるだけではなく、 に公民館が計画し、 に応えて60歳以上の人を対象 力をつけたい…」という要望 会でこそしっかりと見極める 開講され 何か勉強

繰り返し、 在は「シニア大学」と変遷を ら「高齢者大学」、そして現 の呼び名も た講座です。 時代の流れによって、 今年で43年目の講 「高齢者学級」か

座を実施していましたが、 ため教養講座だけに内容を ルス感染症の感染拡大防止の 和2年度より新型コロナウイ 後が教養講座という構成で講 例年は午前に技能講座で午 令

約40名の受講者が毎回熱心に 絞って、実施しています。 今年度も5月下旬に開講し、

学を行いました。 曜石体験ミュージアム』 外研修として、長和町に出か 体験によるうちわ制作と『黒 は近隣の歴史や史蹟を学ぶ野 活動しています。6月22日に 『立岩和紙の里』で紙すき の見 た講演に耳を傾けました。 の歴史を長年にわたって研究 探る~点から線へ~」と題し 御市を始め、 者が集まり、「古代の歴史を いっぱいの70名を超える受講

各地の郷土史編集に深

上田・小県地域

東

、とうみの歴史探訪」を 実施しました

雨

民大学講

民大学講座を実施しました。 氏を講師にお招きして市 18 旦 郷土史家の石川

らほの歴史を訪ねて」のリス ナーなど、ほぼ会場の定員 歴史愛好家やFMとうみ 「お 回に御期待ください

料が何を物語るのかについて 御自身のこれまでの研究を基 く関わってこら 東御市の古代に関わる資

も忘れて聞き入っていました 触れた受講者は時間の経つの の返事をいただきました。 よ)」という先生らしい了承 氏にそれをお伝えしたところ の要望が殺到しました。 ころでタイムアップ。 りに語りかけてくださいまし すく、また、ユーモアたっぷ てほしい」という受講者から が聞きたい」「来年も計画し 生きていたらやるな(やる **八胆な仮説を立ててわかりや** 興味が最高潮に達したと 歴史の扉を開く楽しさに 館長の元には 講座修 「続き



▲熱弁を振るう講師と聞き入る受講者

公民館長のつぶやき

小学生を対象にした講座がお陰様で盛況です。6月に募集した親子陶芸教室は、わずか数日で定員に達 し、その後も申込みが殺到したため、秋に第2弾を実施することになりました。親子で相談したり協力し たりして作品作りに打ち込む姿は本当にほほ笑ましく、ものづくりの魅力をたっぷりと体験してもらって います。昨年実施できなかった夏休みの講座は、コロナ禍で出かける機会を失った子どもたちの思い出づ くりをと願い、例年の倍以上の講座を用意しました。どれだけ参加が得られるか心配でしたが結果は、親 子プラネタリウム鑑賞会(2講座ずつ3日間、6講座開設)で延べ 100 名、ジュニア・チャレンジ講座(5 講座開設)に延べ 160 名と予想を大きく上回る参加を得ました。 親の送迎がなく ニア・チャレンジ講座は各小学校を会場に出前講座として実施したことも参加者増につながったと思いま

す。主な講座内容は理科実験・電気自動車づくり・プログラミングなどで す。大学や高等専門学校の講師が用意してくれた学校ではなかなか体験で きない学習に、参加者は目を輝かせて取り組んでいました。時間不足や設 備の関係で迷惑をおかけした面もありましたが「楽しかった」「家でもやっ てみたい」と笑顔で帰路につく子どもの姿に元気をもらいました。小学生 期の体験は時として人生に大きな影響を与えます。ささやかですが公民館 講座もその一端を担っていきたいと思います。



袮津小学校 ハヤシミドリシジミの飼育学習

地

X

館

講

座

話

題

ドリシジミの飼育学習に取り 生がチョウの一種、 袮津小学校では、 毎年3年 ハヤシミ

組んでいます。 て10年以上前から飼育に取り の会と袮津公民館の支援を得 習の観点から袮津地域づくり ことから、 山城跡の袮津城山に生息する 理科学習と郷土学

察し形や生態を学習します。 てから学校で卵を顕微鏡で観 4月には城山で卵を見つけ レでふ化させた幼虫に

り、 糞の掃除をして約一月間育て、 しながら「元気でいてね!」 児童たちは次々とチョウを放 蛹にします。6月になるとま カシワなどの新芽を与えては と別れを惜しんでいました。 いよいよ城山 緑色に輝いています。 メスは茶色ですが、 ずオスが羽化してチョウにな そして、羽化したチョウを 続いてメスが羽化します。 へ帰しに行くと、 オスは青

か見ることはできないものの、

シワ林にだけ生息し、

なかな

種ではありませんが特定のカ

ハヤシミドリシジミは希少

▲ハヤシミドリシジミ

▲チョウを放す児童



▲中八重原分水桝

ど独特の仕組みが連綿と続い いるようでした。 た先人の苦労に思いを馳せて ていることなど学びました。 れた現代になっても掛け番な が今日でも引き継がれ続いて て、当時の用水開発に携わっ いること、 の門から遥か蓼科山を顧み 加者は草深い黒沢家屋敷 コンクリート化さ



用水の歴史と維持を学ぶ会で

土地改良区·八重原

「ふるさと学習

八重原用

現在のような測量機器もな 田中まちなか ロウィンに向け カボチャ育成中

を田中、 定 畑をお借りして育てています。 催 田中駅に飾る予定のカボチャ 植えたカボチャも順調に育っ 中央公民館2階玄関の横に 田中地区地域づくりの会主 (10月2日~26日開催予 に向けて、 「田中まちなかハロウィ 田中商店街や 北御牧地区の

用水見学会: 現地で学ぶ360年の歴史

分)」を作成しました。

D V

0)

歴史を学ぶD

V

D

28

加をいただいて行いました。 をたどる見学会を、 ある黒沢嘉兵衛の屋敷跡まで 用水の源水からその開発者で 天候を心配しながらも八重原 6月26日、 雨の真っ只中 15名の参

までを辿り、360年前に始 ら用水のガイドマップも使い まった八重原堰と新田開発の 水桝、明神池、 歴史を説明いただきました。 田楽平の大土手、中八重原分 ながら荒井戸頭首工や女神湖、 黒沢家屋敷跡

ら全長55キロを7年の歳月を

い時代に、

蓼科山麓の源水か

費やし完成させたことや、

の分配に「桝」を使い、

それ 水



▲大滝源水

D (有料) のご希望があれば せください。 北御牧公民館までお問い合わ



八重原用水の歴史を学ぶ DVD

国民年金 アドバイス

出産前後の国民年金保険料が 免除になります

●国民年金保険料が免除される期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の 国民年金保険料の納付が申請により免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属す る月の3カ月前から6カ月間の保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死 産、流産、早産を含みます)

●産前産後免除期間の取り扱い

産前産後免除期間として認められた期間は、保険料を納付 したものとして将来の老齢基礎年金の受給額に反映されます。

●対象となる方

産前産後免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有し、 平成31年2月1日以降に出産された方

●届出時期

出産予定日の6カ月前から申請書を提出できます。

●必要書類

- ①個人番号確認書類(マイナンバーカードか通知カード)ま たは年金手帳
- ②本人確認書類 (運転免許証等)
- ③出産前に届け出をする場合:母子健康手帳 出産後に届け出をする場合:出産日は東御市で確認できる ため原則不要。ただし、被保険者と子が別世帯の場合は出 生証明書など出産日および親子関係を明らかにする書類

●提出先

市民課国保年金係

●問い合わせ先 小諸年金事務所 ☎0267-22-1082 市民課 国保年金係 ☎75-8810

見ワンポイントメモ

農業用等の小型特殊自動車は 軽自動車税の申告を!

乗用用植機やコンバイン等の乗用装置が付いた農耕作業用 等の小型特殊自動車は、**公道走行の有無に関わらず、所有し** ていれば軽自動車税の課税対象です。所有者は申告および納 税をする義務があります。

新たに取得、または現在お持ちの農耕作業用等の小型特殊 自動車でナンバープレートが付いていないものがありました ら、税務課住民税係で申告をして、ナンバープレートの交付 を受けてください。

※工場·作業所·畜舎等で使用するもの、集落や農業法人等の共同所有の車輌も申 告および納税対象です。

小型特殊自動車とは

①農耕作業用の小型特殊自動車(乗用装置を 有し、最高速度時速35km未満のもの) 田植機、刈取脱穀作業車 (コンバイン)、 トラクター、薬剤散布車、農耕用動力運搬



②全長4.7m以下、全幅1.7m以下、 全高2.8m以下、最高速度時速15 km以下の全ての要件を満たすもの フォークリフト、ショベル・ローダ、 タイヤ・ローラ、乗用草刈作業車等



- ※1 最高速度時速35km以上のもの、②の要件を一つでも超えるものは大型特殊 自動車となり、ナンバープレートは陸運局での交付となります。また、陸運局へ の登録の有無にかかわらず、償却資産(固定資産税)の申告対象となります。
- ※2 農耕トラクターにけん引される農耕作業用トレーラー等も申告および納税対象 です。けん引するトラクターが大型特殊自動車なら陸運局、小型特殊自動車な ら税務課住民税係でナンバープレートの交付を受けてください。
- ★使用者の住所が変更になったときは、軽自動車等の住所変 更を忘れずに手続きしましょう。
- ●問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎62-1111(代表)

月 0 納

(納期限 9月30日)

- ●固定資産税・都市計画税(3期)
- ●国民健康保険税(普通徴収)(4期)
- ●後期高齢者医療保険料(普通徴収)(3期)
- ●介護保険料(普通徴収)(3期)



永代供養墓・樹木葬 大好評受付中

~ 新しい供養のカタチをご提案致します ~

永代供養はこんな方におすすめです

- ●お巷の後駆者がいない方に
- ●夫婦だけでお入りになりたい方に
- よりシンプルなお墓をお望みの方に ●次の世代に負担をかけたくない方に
- ●自然の中で永遠の眠りを希望する方に



墓石・霊苑・墓じまい・お墓のリフォーム 仏壇・仏具のことなど 何でもご相談ください 霊園はいつでもご自由に見学できます

ご自宅からの送迎無料・お見積り無料 コロナ感染対策のため個別対応致します。 まずはお気軽にお電話ください!

0000120-0.8.5 - 9.2.7

▲田市秋和473-1(明和ビル) TEL 0268-71-0911

ホームページ http://www.kizuna-corp.co.jp

ご芳志

ご寄附いただき、ありがとうございました。厚くお礼申し 上げます(令和3年7月に寄附をいただいたものです)。

〈一般寄附金〉

- ●湯の丸高原高地トレーニング施設整備事業に対する寄附
- 侑関自動車整備工場 様
- ・井出 やす子 様
- 桜井 信行 様
- ・ 旬テールマウンテン 様(1万円)
- ・湯の丸観光開発㈱ 様(10万円)

〈企業版ふるさと寄附金〉

- ●東御市まち・ひと・しごと創生寄附活用事業(企業版ふる さと寄附金)
- ㈱ハルディングループCINグリーンパートナーズ協同組合 様

〈物品〉

• ベルグアース(株) 様(花苗 1,148本)

上記については、同意をいただいた事項のみ領収日順 に掲載しています。

●問い合わせ先

湯の丸高原高地トレーニング施設整備事業に対する寄附、 企業版ふるさと寄付金

文化・スポーツ振興課

☎ 75 − 1455

物品について 総務課 契約財産係

☎ 64 − 5805

訂正とおわび

市報とうみ8月号 (No.208) 32頁に掲載した「すく すく育てとうみっ子!! | の一部に誤りがありました。次 のように訂正してお詫び申し上げます。

■ 柳澤 綸くん

●問い合わせ先

企画振興課 広報統計係 ☎ 64 - 5876

市の身近な情報発信中

東御市フェイスブック

「いいね」で 東御の魅力を 広めよう





https://www.facebook.com/tomicity.sns

なるほど The ごみ

ごみの出し方のお願い

ごみ袋には、名前を記入しましょう

責任を持ってごみ出ししていただくため、ごみ袋に名前の 記入をお願いしています。ごみステーションは、各区で管理 しています。ルール違反のために収集されないごみがあると、 ごみ当番の方等に迷惑をかけてしまうことになります。

分別をしっかりし、ごみの減量を心がけましょう

可燃ごみの中に、資源化できる紙類や生ごみが入っていな いでしょうか。

コピー用紙や封筒、お菓子の箱など、リサイクルできる「雑 紙」は、資源物として出しましょう。生ごみも、分別すれば たい肥という資源になります。

ごみは時間までに出しましょう

2種類のごみ(生ごみ・もやせるごみなど)を収集する日 があります。

種類別に収集するため、収集時間に差があり、1台目の車 が収集した後も他のごみが残っています。ステーションにご みがあっても、決まった時間より後には出さないようにお願 いします。

※ルール違反の場合、見直しシールを貼り、収集しないこと があります。再度見直し、適切にお出しください。

※クリーンセンターへごみを持ち込む場合は、必ず分別をし てからお持ちください。





●問い合わせ先

生活環境課 クリーンリサイクル係 ☎63-6814

害年金専門の社会保険労務十による

社会保険労務士には専門家としての知恵があります

- 1 うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等
- 2 がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・人工透析・ 人工関節・ペースメーカー・特定疾患等
- 3 視力・聴力の低下、その他、身体の機能・病状・精神 の状態等で、日常生活や労働で制限のある方 ※働いていても受給できる場合があります。
- 4 障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方

上田市中央3-5-1

日 時 ▶毎月第一水曜日(変更あり) 13時30分から16時30分 ▶土・日も相談可能!(要予約)

場 所 上田市ふれあい福祉センター

お問合せは下記事務所まで

長野障害年金研究会

西澤社会保険労務士事務所

TEL 0268-21-7070

社会保険労務士依田謙二事務所 TEL 0267-68-7367

芹澤社会保険労務士事務所

TEL 0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。

地域おこし協力隊が行く

しく思っています。

東京五輪の結果を受けて、 アスリーツパーク湯の丸の利用促進に

選手の気持ちが分かりますし 表ヘッドコーチの門下生なん らみを共有しているからこそ、 厳しい練習など同じ苦 師である平井伯昌代大橋選手は、私の恩

ものすごい数字だと思います

小林

上の利用というの!

当施設が大橋選手の2種目2 目標には届きませんでしたが、 致する」でした。メダル数の 冠に貢献できたという点は嬉 為に多くの選手を湯の丸に誘 輪で金メダル4つ獲得。その でした。この結果は? 選手の2冠など、 仕したときの目標が「東京五 銀メダル1つという結果 小林 本代表は大橋悠依東京五輪で水泳日 域おこし協力隊に着 私が2019年に地 金メダル2



水間 源隊員 (スポーツツーリズム振興支援) 東京都出身。競泳の元日本記録 保持者。2019年、航空業界か ら東御市へ。

小林

何人の代表選手が来 湯の丸のプールには

水間隊員撮影の貴重なオフショット。こうした時の 会話で選手の体調も気遣うと水間隊員。 (左:難波実夢選手、右:大橋悠依選手)

ずか (2022年1月) です 学びます。私の任期も残りわ

今後も日本水泳界の強化

継続的に湯の丸高原の

されるように力を注いでいき 局地トレーニング施設が利用 ニングの効果やリスクなどを

代表選手の9割以上が湯の丸 ると32名の利用がありました。 五輪選考会前の利用を合わせ たんですか? 高原のプールを利用したこと ソンスイミング)35名のうち、 水間 表選手(競泳+マラ 最終的には水泳代

あり、

水間

になります。

が印象的でした。

に気さくに話しかけているの

小 水間さんが大橋選手 インタビューの際、

門ということもあり受け入れ に話す前は、 なと思います。もちろん選手 選手としても話しやすいのか てくださったのは感謝ですね。 に許可を取っていますが、 必ず担当コーチ が、それまでどのような苦労

の名前が広がっているのかな だいて、一般の方にも「東御市 記事などにも取り上げていた 工前には約6000泊の予約 りをするところから始め、 ぼゼロでした。選手や指導者 という名前が読める人は、 があったのでしょうか? と思います。 が集まりました。今では新聞 で少しずつ認知が広まり、 スも出しました。地道なPR 泳の大会で東御市のPRブー の方々に、 着任の時点では水泳 関係者で「とうみ」 地道にあいさつ回 竣 ほ

合わせた調整もしたそうです ラーな日程でしたが、それに 小の決勝と、イレギュ 今回の五輪は午前中

そしてご理解いただいている 原のスタッフや、東御市役所 するわけですから、 フは1~2時間前から準備を ました。プールや食堂のスタッ 食事ができるように前倒しし だったと思います。 ところを、6時台から練習や ブールや食堂をオープンする 普段は8時~9時頃に 平井先生をはじめ水 泳連盟からの要望も 相当大変 湯の丸高

りませんでした。まさにみん なで獲得したメダルだと思い 小林

れば、

水間 今年の秋に指導者向 今後の目標は何です

の講師を招いて、高地トレ 丸で開催する予定です。 けのセミナーを湯の 専門

市民の皆さまのご協力がなけ ここまで来ることはあ 編集担当・地域おこし協力隊



代表選手のサイン色紙展示は水間隊員の企画で実現 しました。

地域猫活動のための寄附の募集 結果報告

[飼い主のいない猫不妊去勢手術費補助事業の経費等] を募るために令和3年4月26日~7月24日までに実施し た寄附の募集(クラウドファンディング)について、市内 外併せて87名の方々から**合計130万円**の寄附をいただき、 目標金額の100万円を達成することができました。ご支援、 ご協力ありがとうございました。お寄せいただいた寄附金 は、この補助事業を実施し、地域猫活動を進めていくため に活用させていただきます。

地域猫活動とは

地域にお住まいの皆さまの協力のもと野良猫の不妊去勢 手術を施し、餌やトイレの管理をしていただく活動です。 一代限りの生涯を全うさせることで野良猫は徐々に数が減 少し、地域内の野良猫による生活環境被害(発情の鳴き声 や糞尿等)が改善します。また、交通事故死や餓死等と隣 り合わせの可哀想な猫を減らします。

補助事業の現状報告

令和3年1月から開始した「飼い主のいない猫の不妊去 勢手術費補助金 | により、7月31日現在73匹の野良猫 (メ



ス41匹、オス32匹)の手術が実施されました。この猫た ちは「地域猫」として管理いただいています。

補助金について

補助対象の猫:市内に生息している飼い主のいない猫(野 良猫)

補助金額: 不妊手術 (メス) 上限8,000円

去勢手術(オス)上限5,000円

補助対象者:市内に居住する個人等

※補助金申請の際は、野良猫の状況等を聞き取らせていただきます。

●問い合わせ先 生活環境課 生活安全係 ☎64-5896



交通死亡事故ゼロ200日達成しました!

市は、令和3年6月7日をもって交通死亡事故ゼロ200 日を達成し、7月30日に、市役所において「長野県交通 安全運動推進本部長市町村顕彰」の伝達式が行われました。 東御市では平成30年度に表彰を受けて以来となります。

9月21日から秋の全国交通安全運動が始まります。横 断歩道手前では減速し、横断歩行者が居たら必ず一時停止 しましょう。また歩行者は横断する時には必ず横断歩道を 利用して左右確認をしっかり行い、手を挙げる等で横断の 意思を運転者へ伝えましょう。

●問い合わせ先 生活環境課 生活安全係 ☎ 64-5896

令和3年度の市報とうみに掲載する広告を募集します



市では、地域経済の活性化と自主財源の確保を目指すため、有料広告を募集します。 皆さまの事業のPRにご活用ください。

※東御市広告掲載要綱等の規定により掲載できない場合がありますので、事前に お問い合わせください。

申し込み・問い合わせ 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806



TEL 64-5806 FAX 63-5431 発行/長野県東御市 T389 - 0592 長野県東御市県281-2

東御市へ来た方、戻って きた方から、選んだ理由や 魅力を紹介します。

魅力を書いていただきました。 企業を経営している梅田純人さんに東御市の 今月は東京都港区でーT関連のベンチャー

贅沢上

親戚で過ごせる拠点を東信地方で探したのが きっかけでした。小諸出身の妻の たどって空き家になっていた物件を山荘とし (*)*** 東御とのご縁のはじまりは、 * 5年前、 「つて」を * 家族 *

の家族や仲間たちで東御に通い始めたのです。 て借りることができ、東京に住む私と関東圏

*「雷電くるみの里」に朝7時から並んで目 リーム付き 玉焼き定食で朝ごはん。巨峰のソフトク

*あちこちにある広い公園で子供たちとみん なで水遊び

で乾杯 妻が子供の頃から大ファンだったチーズ屋 鮮な野菜とお肉を使って「オラホビール」

星を眺めながら焚き火を囲む。 さんで、ワインとチーズを奮発して満天の なんという

東御で発見したお気に入りの過ごし方は?

作らなければ(汗)」と思っていた矢先、最

く身が入らず。「これは集中できる仕事場を

むハズだったITの仕事には困ったことに全

帀のデータ

ただ、こんな調子なのでリモートで取り組

近になってリモートワークを支援する一おた

おかげで田中駅前で東御市商工会議所が運営

めしナガノ」という県の企画を知りました。

する「コワーキングスペース えべや」を紹

*木立に囲まれた庭でBBQ! 地元産の新

にしています。 これからも満喫していきたいと心から楽しみ 大自然に囲まれた豊かな東御での暮らし

とうみの好きな所は?



うめだ梅田 対した人さん (奈良原区)

出身地:東京都 お試し移住中

後記

のステキな信州ライフがスタートします。

介して頂くことができて、

まさに住・職近接

コロナ禍の夏、皆さまどう過ご されたでしょうか。

本来ならば、東御市の夏らしい 市民祭りや成人式などの楽しく賑 やかな記事を掲載してるところで 新型コロナウイルスの影響 でイベントなどは軒並み、中止や 延期に…。

紙面に『夏』の記録を残すため、 市内を駆け回り『夏』を集めて表 紙にしてみました!

> (市報担当 上野)

次回発行

市報とうみ 10月号 10月1日(金)

人の動き (8月1日現在)

が満ちてくるのを感じます。

心も体もリラックス、リフレッシュして気力

いこと…数えだしたらきりがありません。

まで遠征したり。とにかく美味しいもの、

フをしたい人は山荘を拠点に小諸や軽井沢に

まで自転車を運んでサイクリングにハイキン

冬はスキーにスノボー、

そり遊び。ゴル

また、体を動かしたければ

「湯の丸高原

世帯数 転入 55人 12,286世帯(- 3) 転出 57人 総人口 16人 出生 29,781人(-20) 3人 死亡 男14,766人(-その他 - 1人 ※カッコ内は前月対比 女15,015人(-17) 資料:住民基本台帳

市内交通事故統計 7月分 今和3年7月31日現在

| 17位3千7万31口郊江 | | | | |
|--------------|------|-----|--------|-----|
| | | 当月分 | 累計(注1) | 前年比 |
| 件 | 数 | 1件 | 34件 | -8件 |
| 傷 | 者 | 1名 | 42名 | -5名 |
| 死者 | (注2) | 0名 | 0名 | -1名 |

(注1)令和3年1月からの累計 (注2)事故発生後24時間以内の死者数

こちら119 (東御消防署)

= 7月の火災・救急件数: ※カッコ内は令和3年1月からの累計 火災 1件(10件)

救急 105件 (688件)

たき火を実施する際は消防署へ連絡し 必ず消火のできる準備をしましょう。

> 東御消防署 **☎**62 − 0119

とうみの気象記録

(観測地占:車御消防署)

| | 令和3年7月 | 令和2年7月 | | |
|------|------------|------------|--|--|
| 最高気温 | 34.8℃(20⊟) | 31.3℃(31⊟) | | |
| 最低気温 | 17.6℃(1⊟) | 15.6℃(13⊟) | | |
| 平均気温 | 24.0℃ | 22.3℃ | | |
| 降水量 | 81.5mm | 252.5mm | | |

※平成27年11月分から新しい観測システムによる -タを掲載しています。



●本文中の問い合わせにつきましては、特別な記載がない限り平日の開庁時間(午前8時30分~午後5時15分)とさせていただきます。 なお、問い合わせ先の市外局番(0268)は省略しています。